กัณฑ์ที่ 01
หลักการเจริญภาวนา สมถวิปัสสนากรรมฐาน

โดย พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำ

บัดนี้ท่านทั้งหลาย ทั้งหญิงทั้งชายได้เสียสละเวลาอันมีค่า มาศึกษาในทางพระพุทธศาสนา นี้เป็นกิจส่วนตัวสำคัญทางพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาแปลว่า คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าสอนให้สัตว์โลกทั้งหมดละชั่วด้วย กาย วาจา ใจ ทำความดีด้วยกายวาจาใจ ทำใจให้ใส ๓ ข้อนี้แหละ เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ ทั้งอดีต ปัจจุบัน อนาคต ยืนยันเหมือนกันหมด เหตุนี้ท่านทั้งหลายเมื่อตั้งใจมั่นลงในพระพุทธศาสนาเช่นนี้ ก็เพื่อจะทำใจของตนให้ดีตามประสงค์ ในทางพระพุทธศาสนา การที่จะทำใจให้ดีนี้ มีบาลีเป็นตำรับตำราว่า

เทฺว เม ภิกฺขเว วิชฺชาภาคิยา	*ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิชชามี ๒ อย่าง*
กตเม เทฺว	*๒ อย่าง อะไรบ้าง?*
สมโถ จ	*สมถะความสงบระงับอย่าง ๑*
วิปสฺสนา จ	*วิปัสสนาความเห็นแจ้งอย่าง ๑*
สมโถ ภาวิโต กิมตฺถมนุโภติ	*สมถะเป็นขึ้นแล้ว ต้องการอะไร ?*
จิตฺตํ ภาวิยติ	*ต้องการให้จิตเป็นขึ้น*
จิตฺตํ ภาวิตํ กิมตฺถมนุโภติ	*จิตเป็นขึ้นแล้ว ต้องการอะไร ?*
โย ราโค โส ปหียติ	*ความกำหนัดยินดีอันใดที่มีอยู่กับจิตใจ ความกำหนัดยินดีอันนั้นก็หมดไป ด้วยสมถะ ความสงบระงับ*
วิปสฺสนา ภาวิตา กิมตฺถมนุโภติ	*วิปัสสนาเป็นขึ้นแล้ว ต้องการอะไร ?*
ปญฺญา ภาวิยติ	*ต้องการทำปัญญาให้เป็นขึ้น*
ปญฺญา ภาวิตา กิมตฺถมนุโภติ	*ปัญญาเป็นขึ้นแล้ว ต้องการอะไร ?*
ยา อวิชฺชา สา ปหียติ	*ความไม่รู้จริงอันใดที่มีอยู่กับจิตใจ ความไม่รู้จริงอันนั้นหมดไป ด้วยความเห็นแจ้งคือ วิปัสสนา*

ทางพระพุทธศาสนามีวิชชา ๒ อย่างนี้เป็นข้อสำคัญนัก บัดนี้ท่านทั้งหลายที่เสียสละเวลามา ก็เพื่อมาเรียนสมถวิปัสสนาทั้งสองอย่างนี้ สมถะเป็นวิชชาเบื้องต้น พุทธศาสนิกชนต้องเอาใจใส่คือ แปลความว่าสงบระงับใจ เรียกว่าสมถะ วิปัสสนาเป็นขั้นสูงกว่าสมถะ ซึ่งแปลว่าเห็นแจ้ง เป็นธรรมเบื้องสูง เรียกว่าวิปัสสนา สมถะวิปัสสนา ๒ อย่างนี้ เป็นธรรมอันสุขุมลุ่มลึกในทางพระพุทธศาสนา ผู้พูดนี้ได้ศึกษามาตั้งแต่บวช พอบวชออกจากโบสถ์แล้วได้วันหนึ่ง รุ่งขึ้นอีกวันหนึ่งก็เรียนทีเดียว เรียนสมถะทีเดียว ไม่ได้หยุดเลย จนกระทั่งถึงบัดนี้ บัดนี้ทั้งเรียนด้วย-ทั้งสอนด้วย ในฝ่ายสมถะวิปัสสนาทั้ง ๒ อย่างนี้

สมถะมีภูมิแค่ไหน สมถะมีภูมิ๔๐ กสิณ๑๐ อสุภะ๑๐ อนุสติ๑๐ พรหมวิหาร๔ อาหาเร ปฏิกูลสัญญา๑ จตุธาตุววัตถาน๑ อรูปฌาน๔ ทั้ง ๔๐ นี้ เป็นภูมิของสมถะ

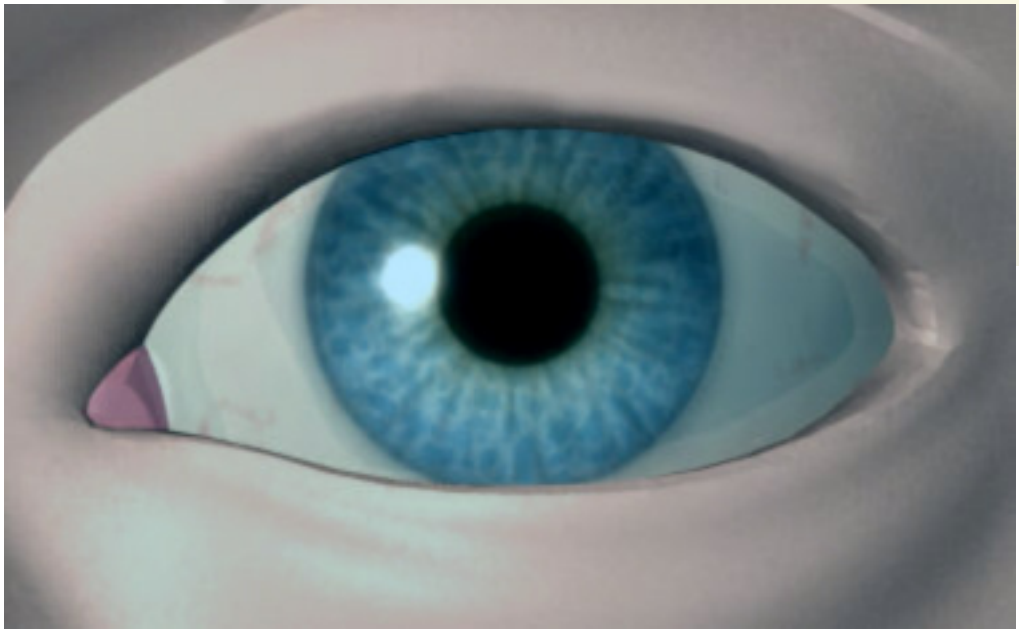
วิปัสสนามีภูมิ๖ ขันธ์๕ อายตนะ๑๒ ธาตุ๑๘ อินทรีย์๒๒ อริยสัจ๔ ปฏิจจสมุปบาทธรรม ธรรมอาศัยซึ่งกันและกันเกิดขึ้น ธรรมอาศัยซึ่งกันและกันดับไป นี้เป็นภูมิของวิปัสสนา ภูมิสมถวิปัสสนาทั้ง ๒ นี้ เป็นตำรับตำราในทางพระพุทธศาสนาได้ใช้กันสืบมา

แต่ ภูมิของสมถะที่เราจะพึงเรียนต่อไปนี้ เริ่มต้นต้องทำใจให้หยุดจึงจะเข้าภูมิของสมถะได้ ถ้าทำใจให้หยุดไม่ได้ก็เข้าภูมิสมถะไม่ได้ สมถะเขาแปลว่าสงบ แปลว่าระงับ แปลว่าหยุด แปลว่านิ่ง ต้องทำใจให้หยุด ใจของเรานะอะไรที่เรียกว่าใจ? เห็นอย่างหนึ่ง จำอย่างหนึ่ง คิดอย่างหนึ่ง รู้อย่างหนึ่ง ๔อย่างนี้รวมเข้าเป็นจุดเดียวกัน นั่นแหละเรียกว่า ใจ

อยู่ที่ไหน ? อยู่ในเบาะน้ำเลี้ยงหัวใจ คือความเห็นอยู่ที่ท่ามกลางกาย ความจำอยู่ที่ท่ามกลางเนื้อหัวใจ ความคิดอยู่ท่ามกลางดวงจิต ความรู้อยู่ท่ามกลางดวงวิญญาณ เห็น จำ คิด รู้ ๔ประการนี้หมดทั้งร่างกาย ส่วนเห็นเป็นต้นของรู้ ส่วนจำเป็นต้นของเนื้อหัวใจ ส่วนคิดเป็นต้นของดวงจิต ส่วนรู้เป็นต้นของดวงวิญญาณ

ดวงวิญญาณ เท่าดวงตาดำข้างในอยู่ในกลางดวงจิต
ดวงจิต เท่าดวงตาดำข้างนอกอยู่ในกลางเนื้อหัวใจ
ดวงจำ กว้างออกไปอีกหน่อยหนึ่งเท่าดวงตาทั้งหมด
ดวงเห็น อยู่ในกลางกายโตกว่าดวงตาออกไป นั่นเป็นดวงเห็น

ดวงเห็นนั่นแหละธาตุเห็นมันอยู่ศูนย์กลางดวงนั้น นั่นแหละเรียกว่าเห็น เห็นอยู่ในธาตุเห็นนั้น
ดวงจำ ธาตุจำมันอยู่ในศูนย์กลางดวงนั้น
ดวงคิด ธาตุคิดมันอยู่ศูนย์กลางดวงนั้น
ดวงรู้ ธาตุรู้อยู่ในศูนย์กลางดวงนั้น
เห็น จำ คิด รู้ ๔ อย่างนี้แหละ เอาเข้ามารวมเป็นจุดเดียวกัน เรียกว่า “ ใจ ”



ของยากอย่างนี้ เห็นไหมล่ะคำที่เรียกว่า "ใจ" นั่นแหละเวลานี้เรานั่งอยู่นี่ สอดไปถึงบ้านก็ได้ สอดไปถึงนรกก็ได้ สอดไปถึงสวรรค์ก็ได้ สอดไปถึงนิพพานก็ได้ สอดใจไปได้ มันลึกซึ้งอย่างนี้เห็นไหมล่ะ ใจนี้เป็นของลึกซึ้ง

ถ้าว่ารู้แคบก็สอดไปได้แคบ ถ้ารู้กว้างสอดไปได้กว้าง ถ้ารู้ละเอียดก็สอดไปได้ละเอียด ถ้ารู้หยาบก็สอดไปได้หยาบ แล้วแต่ ความรู้ของมัน ความเห็นของมัน สำคัญนัก

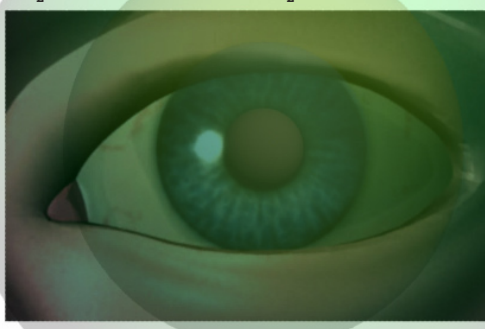
คำที่เรียกว่า "ใจ" นี่แหละเราต้องบังคับให้หยุดเป็นจุดเดียวกัน เห็น จำ คิด รู้ ๔อย่างนี้ ต้องมารวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน อยู่***กลางกายมนุษย์*** สะดือทะลุหลัง ขวาทะลุซ้าย กลางกั๊กข้างใน สะดือทะลุหลังเป็นด้ายกลุ่มไปเส้นหนึ่งตึง ขวาทะลุซ้ายเป็นด้ายกลุ่มไปเส้นหนึ่งตึงตรงกัน ตึงทั้ง ๒ เส้น ตรงกลางจรดกัน ที่กลางจรดกันนั้นแหละเรียกว่า**กลางกั๊ก** กลางกั๊กนั้นแหละ ถูกกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ใสบริสุทธิ์เท่าฟองไข่แดงของไข่ไก่ ถูกกลางดวงพอดี ที่สอนให้เอาพระของขวัญไปจรดไว้ที่กลางดวงนั้นคือกลางกั๊กนั่นแหละ เราเอาใจของเราไปจรดที่กลางกั๊กนั้น เห็น จำ คิด รู้ ๔อย่างจรดอยู่กลางกั๊กนั้น กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ มีที่ตั้งแห่งเดียวเท่านั้น "ใจ"

ที่เขาบอกว่า "ตั้งใจ" นะ เราจะต้องเอาใจไปหยุดตรงนั้นทีเดียว ถึงจะถูกเป้าหมายใจดำ เขาบอกว่าตั้งใจ เวลานี้เองจะทำบุญทำกุศล เราก็ต้องตั้งใจตรงนั้น บัดนี้เราจะรักษาศีลก็ต้องตั้งใจตรงนั้น บัดนี้เราจะเจริญภาวนาเราก็ต้องตั้งใจตรงนั้นเหมือนกัน ต้องเอาใจไปหยุดตรงกลางนั้น เมื่อเอาใจไปหยุดอยู่กลางนั้นได้แล้วก็ ใช้สัญญาจำให้มั่นหยุดนิ่งบังคับให้นิ่งเชียว ถ้าไม่นิ่งก็ต้องใช้บริกรรมภาวนาบังคับไว้ บังคับให้ใจหยุด บังคับหนักเข้า หนักเข้า หนักเข้า พอถูกส่วนเข้าใจหยุดนิ่ง ใจหยุด หยุด พอใจหยุดเท่านั้นแหละถูกตัวสมถะแล้ว *หยุดนั่นแหละเป็นตัวสมถะ* หยุดนั่นเองเป็นตัวสำเร็จทั้งทางโลกและทางธรรมสำเร็จหมด

โลกที่จะได้รับความสุข ใจต้องหยุดตามส่วนของโลก ธรรมที่จะได้รับความสุข ต้องหยุดตามส่วนของธรรม ท่านได้แนะนำไว้ตามวาระพระบาลีว่า ***นตฺถิ สนฺติ ปรํ สุขํ*** สุขอื่นนอกจากหยุดจากนิ่งไม่มี สุขอื่นนอกจากหยุดจากนิ่งไม่มี หยุดอันนั่นเองเป็นตัวสำคัญเพราะเหตุนั้นต้องทำใจให้หยุด เมื่อใจของเราหยุดแล้ว เราก็ต้องหยุดในหยุด หยุดในหยุด ไม่มีถอยหลังกลับ ไม่มีถอยหลัง หยุดในหยุด หยุดในหยุด หยุดในหยุด อยู่นั่นเอง

ใจที่หยุดต้องถูกกลางนะ ถ้าไม่ถูกกลางใช้ไม่ได้ ต้องหยุดเข้าสิบ เข้าศูนย์ เข้าส่วน ถูกสิบ ถูกศูนย์ ถูกส่วน ถ้าหยุดกลางกายเช่นนั้นถูกสิบ พอถูกสิบเท่านั้นไม่ช้าจะเข้าถึงศูนย์ พอถูกสิบแล้วก็จะเข้าถึงศูนย์ทีเดียว โบราณท่านพูดกันว่า

เห็นสิบแล้วเห็นศูนย์ เป็นเค้ามูลสืบกันมา
เที่ยงแท้แน่นักหนา ตั้งอนิจจาเป็นอาจิณ
จุติแล้วปฏิสนธิ ย่อมเวียนวนอยู่ทั้งสิ้น
สังขาราไม่ยืนยิน ราคีสิ้นเป็นตัวมา



นี่สิบ-ศูนย์นี้ เป็นตัวสำคัญนัก สัตว์โลกจะเกิดในโลกได้ ต้องอาศัยเข้าสิบแล้วตกศูนย์จึงเกิดได้

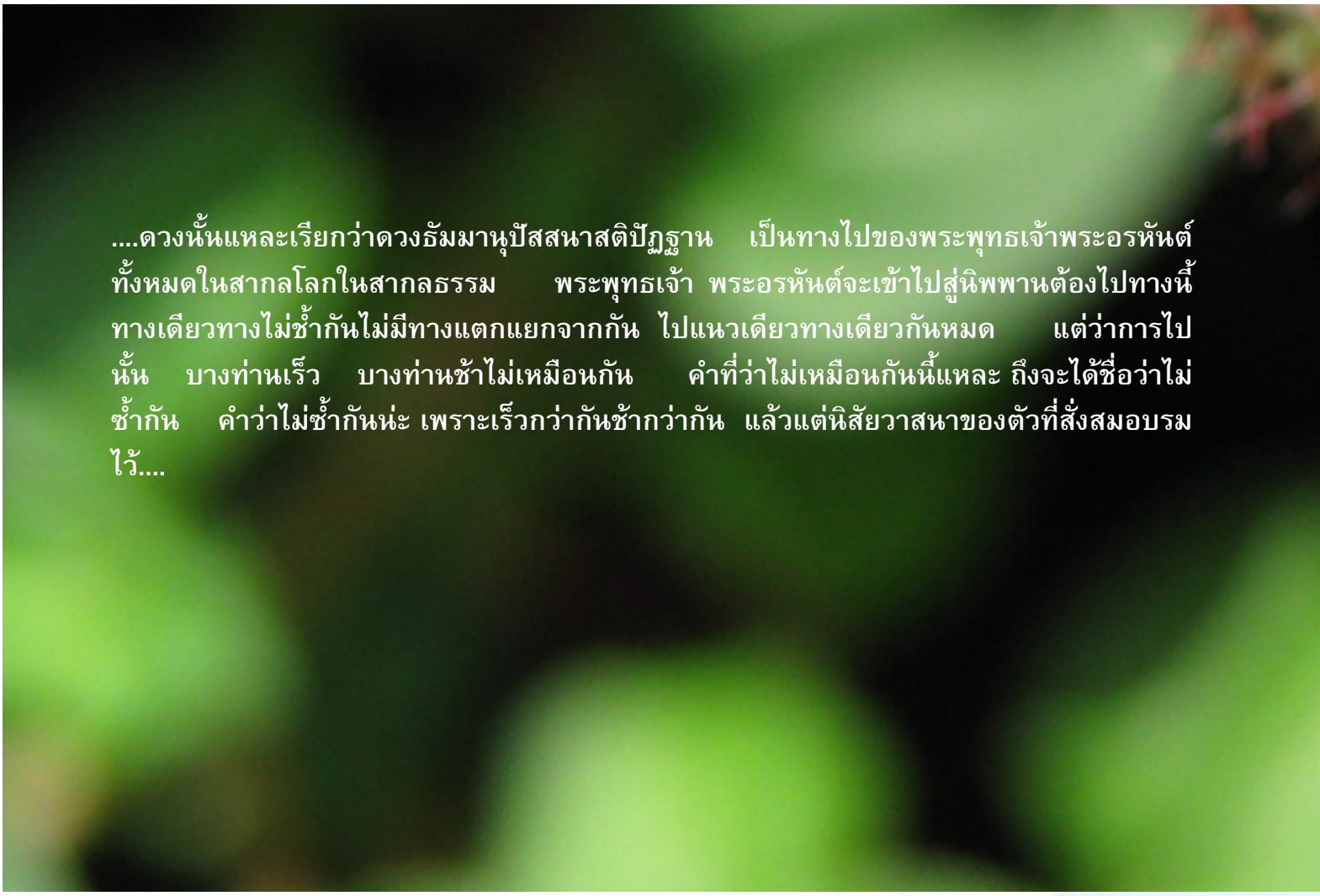
ถ้าเข้าสิบไม่ตกศูนย์แล้วเกิดไม่ได้ นี่โลกกับธรรมต้องอาศัยกันอย่างนี้ ส่วนทางธรรมเล่าก็ต้องเข้าสิบ เข้าสิบแล้วก็ตกศูนย์ *"ตกศูนย์" คือ "ใจหยุด"* พอใจหยุดเรียกว่าเข้าสิบ เห็นเป็นดวงใสเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์ผุดขึ้นที่ใจหยุดนั้น นั่นตกศูนย์แล้วเข้าสิบแล้วเห็นศูนย์แล้ว เรียกว่า " เข้าสิบแล้วเห็นศูนย์ "

พอเห็นศูนย์ ใจก็หยุดอยู่กลางศูนย์นั้นแหละ กลางดวงใสเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์นั้น ดวงนั้นแหละเรียกว่า ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรืออีกนัยหนึ่งดวงนั้นแหละเรียกว่า ดวงปฐมมรรค หนทางเบื้องต้นมรรคผลนิพพาน จะไปสู่มรรคผลนิพพาน ต้องเข้ากลางดวงนั้นแห่งเดียว ไปได้ทางเดียวทางอื่นไม่มี เมื่อเข้ากลางดวงศูนย์นี้ได้แล้วเรียกว่า ปฐมมรรคนัยหนึ่ง อีกนัยหนึ่งดวงนั้นแหละเรียกว่า เอกายนมรรค แปลว่าหนทางเอกไม่มีโทสองไม่มีแปลว่าหนทางหนึ่ง สองไม่มี หนึ่งทีเดียว

ดวงนั้นแหละเรียกว่าดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นทางไปของพระพุทธเจ้าพระอรหันต์ทั้งหมดในสากลโลกในสากลธรรม พระพุทธเจ้า พระอรหันต์จะเข้าไปสู่นิพพานต้องไปทางนี้ทางเดียวทางไม่ซ้ำกัน ไม่มีทางแตกแยกจากกัน ไปแนวเดียวทางเดียวกันหมด แต่ว่าการไปนั้น บางท่านเร็ว บางท่านช้าไม่เหมือนกัน คำที่ว่าไม่เหมือนกันนี้แหละ ถึงจะได้ชื่อว่าไม่ซ้ำกัน คำว่าไม่ซ้ำกันน่ะ เพราะเร็วกว่ากันช้ากว่ากัน แล้วแต่นิสัยวาสนาของตัวที่สั่งสมอบรมไว้

แต่ว่า ทางไปนั้นเป็นทางเดียวกันหมด เป็นเอกายนมรรค หนทางเส้นเดียว เมื่อจะไปต้องหยุดนี่ก็แปลก ทางโลกเขาไปต้องเร็วเข้า ขึ้นเรือบินเรือยนต์รถยนต์ไป จึงจะเร็วจึงจะถึง แต่ทางธรรมไม่ใช่เช่นนั้น เมื่อจะไปต้องหยุด ถ้าหยุดจึงจะเร็วจึงจะถึง นั่นแปลกอย่างนี้ ต้องเอาใจหยุดจึงจะเร็วจึงจะถึงนี่แปลกอย่างนี้ ต้องเอาใจหยุดจึงจะเร็วจึงจะถึง

หยุดอยู่กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น **กายมนุษย์** พอหยุดถูกส่วนก็เห็นดวงใส ดวงใสนั้นแหละเรียกว่า เอกายนมรรค หรือเรียกว่า ปฐมมรรค หรือเรียกว่า ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์ ใจก็หยุดนิ่งอยู่กลางดวงนั้น พอหยุดนิ่งถูกส่วนเข้าเท่านั้น หยุดในหยุด หยุดในหยุด หยุดในหยุด พอถูกส่วนเข้าเท่านั้น หยุดในหยุด กลางของหยุด หยุดในหยุด กลางของหยุดเรื่อยเข้า เห็นดวงอีกดวงหนึ่งเท่า ๆ กัน อยู่กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานเรียกว่าดวงศีล
หยุดอยู่กลางดวงศีลนั่นพอถูกส่วนเข้าเห็นอีกดวงหนึ่งเท่า ๆ กันเรียกว่า ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลางดวงสมาธินั่นพอถูกส่วนเข้าเห็นอีกดวงหนึ่งเรียกว่าดวงปัญญา ดวงเท่า ๆ กัน
หยุดอยู่กลางดวงปัญญานั่น พอถูกส่วนเข้าเห็นอีกดวงหนึ่งเรียกว่าดวงวิมุตติ ใสละเอียดหนักลงไป
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตตินั่นพอถูกส่วนเข้าเห็นอีกดวงหนึ่งเรียกว่าดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะนั่นอยู่ที่เดียวกันถูกส่วนเข้าเห็นตัวกายมนุษย์ของเราที่นอนฝันออกไปที่ไปเกิดมาเกิด เขาเรียกว่า กายมนุษย์ละเอียด พอเราไปเห็นเข้าเท่านั้นเราก็รู้ได้ทีเดียวว่า อ้อ กายนี้เวลาฝันเราเคยเห็นเคยไปกับมันในเวลาทำกิจหน้าที่ฝัน เวลาตื่นแล้วไม่รู้มันไปอยู่ที่ไหน บัดนี้เรามาเห็นแล้ว อยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะนั่นเอง เมื่อเห็นแล้วก็ให้กายมนุษย์ละเอียดนั่น นั่งเข้าเหมือนกายมนุษย์หยาบข้างนอกนี่มันก็นั่ง เมื่อนั่งถูกส่วนเข้าแล้ว



ใจมนุษย์ละเอียด

ก็หยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**กายมนุษย์ละเอียด** พอถูกส่วนเข้าหยุดถูกส่วนเข้าเท่านั้น ก็เห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หยุดอยู่กลาง***ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน***	พอถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงศีล
หยุดอยู่กลาง***ดวงศีล***	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลาง***ดวงสมาธิ***	พอถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงปัญญา
หยุดอยู่กลาง***ดวงปัญญา***	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงวิมุตติ ดวงเท่า ๆ กัน
หยุดอยู่ศูนย์กลาง***ดวงวิมุตติ***	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลาง***ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ***	ถูกส่วนเข้าก็เห็น	กายทิพย์

ให้กายทิพย์นั่งแบบเดียวกับกายมนุษย์ละเอียดนั่น

ใจของกายทิพย์

หยุดนิ่งอยู่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**กายทิพย์** พอถูกส่วนเข้า เห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หยุดอยู่ศูนย์กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล
หยุดอยู่กลางดวงศีล	ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ	ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา
หยุดอยู่กลางดวงปัญญา	ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ	ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ

หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ ถูกส่วนเข้าเห็น กายทิพย์ละเอียด

ใจกายทิพย์ละเอียด

ก็นิ่งอยู่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**กายทิพย์ละเอียด** ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หยุดอยู่กลาง***ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล

หยุดอยู่กลาง***ดวงศีล*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ

หยุดอยู่กลาง***ดวงสมาธิ*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา

หยุดอยู่กลาง***ดวงปัญญา*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ

หยุดอยู่กลาง***ดวงวิมุตติ*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ

หยุดอยู่กลาง***ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ*** ถูกส่วนเข้าเห็น กายรูปพรหม

ใจกายรูปพรหม

ก็นิ่งอยู่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**กายรูปพรหม** ก็หยุดอยู่กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายรูปพรหม

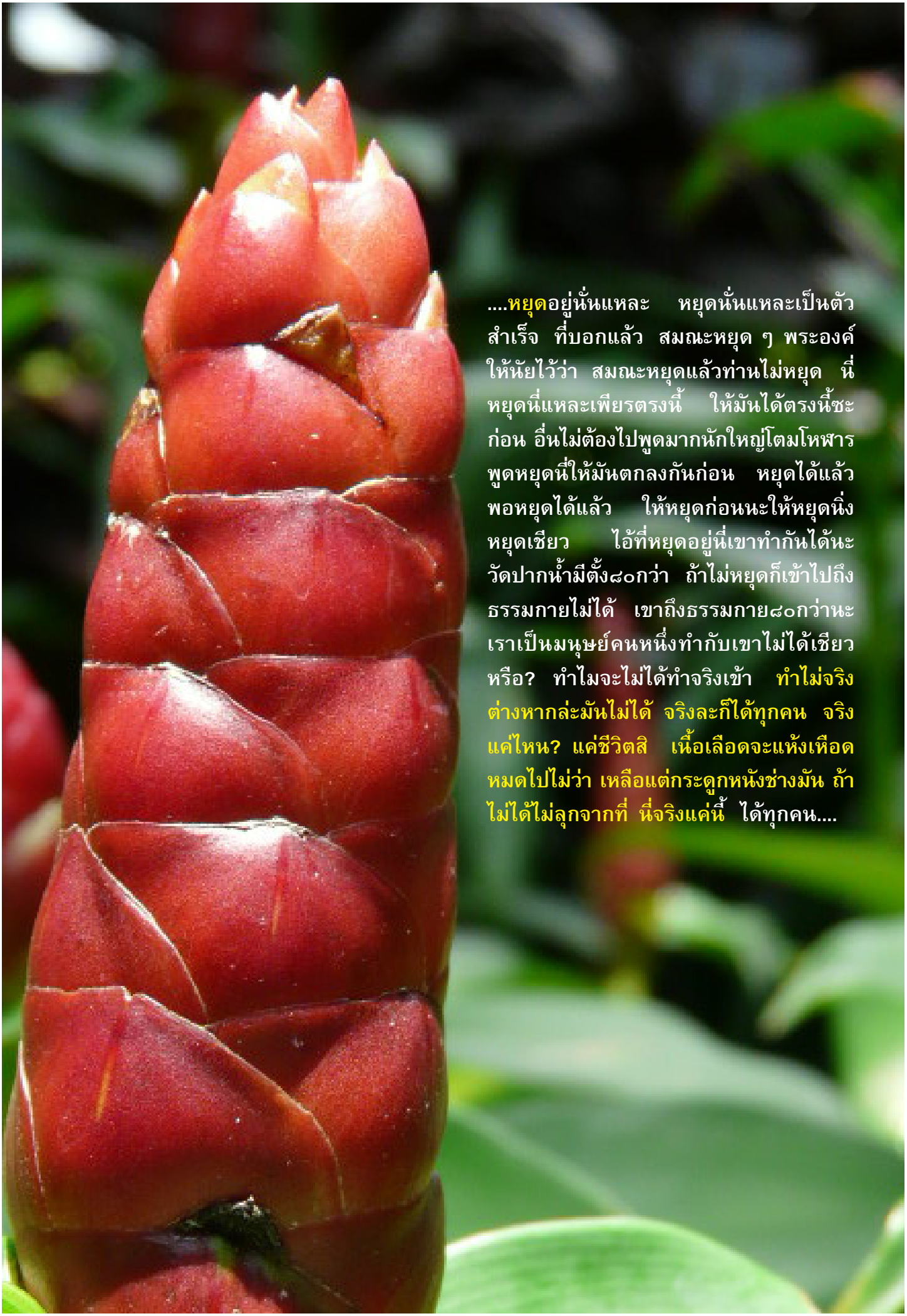
พอถูกส่วนเข้าเห็น ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ใจกายรูปพรหมเมื่อหยุดอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล

หยุดอยู่กลางดวงศีล ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ

หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา

หยุดอยู่กลางดวงปัญญา ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ



....หยุดอยู่นั่นแหละ หยุดนั่นแหละเป็นตัวสำเร็จ ที่บอกแล้ว สมณะหยุด ๆ พระองค์ให้นัยไว้ว่า สมณะหยุดแล้วท่านไม่หยุด นี่หยุดนี่แหละเพียรตรงนี้ ให้มันได้ตรงนี้ซะก่อน อื่นไม่ต้องไปพูดมากนักใหญ่โตมโหฬาร พูดหยุดนี่ให้มันตกลงกันก่อน หยุดได้แล้ว พอหยุดได้แล้ว ให้หยุดก่อนนะให้หยุดนิ่งหยุดเชียว ไอ้ที่หยุดอยู่นี่เขาทำกันได้นะ วัดปากน้ำมีตั้ง๘๐กว่า ถ้าไม่หยุดก็เข้าไปถึงธรรมกายไม่ได้ เขาถึงธรรมกาย๘๐กว่านะ เราเป็นมนุษย์คนหนึ่งทำกับเขาไม่ได้เชียวหรือ? ทำไมจะไม่ได้ทำจริงเข้า ทำไม่จริงต่างหากล่ะมันไม่ได้ จริงละก็ได้ทุกคน จริงแค่ไหน? แค่ชีวิตสิ เนื้อเลือดจะแห้งเหือดหมดไปไม่ว่า เหลือแต่กระดูกหนังช่างมัน ถ้าไม่ได้ไม่ลุกจากที่ นี่จริงแค่นี้ ได้ทุกคน....

หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ ถูกส่วนเข้าเห็น กายรูปพรหมละเอียด

ใจกายรูปพรหมละเอียด
หยุดอยู่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**กายรูปพรหมละเอียด** ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน
หยุดอยู่กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล
หยุดอยู่กลางดวงศีล ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา
หยุดอยู่กลางดวงปัญญา ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ
หยุดอยู่ศูนย์กลางดวงวิมุตติ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ ถูกส่วนเข้าก็เห็น กายอรูปพรหม

ใจกายอรูปพรหม
ก็หยุดอยู่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**กายอรูปพรหม** พอถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน
หยุดอยู่กลาง***ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล
หยุดอยู่กลาง***ดวงศีล*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลาง***ดวงสมาธิ*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา
หยุดอยู่กลาง***ดวงปัญญา*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ
หยุดอยู่กลาง***ดวงวิมุตติ*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลาง***ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ*** ถูกส่วนเข้าก็เห็น กายอรูปพรหมละเอียด

ใจกายอรูปพรหมละเอียด
หยุดอยู่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**กายอรูปพรหมละเอียด** ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน
หยุดอยู่กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล
หยุดอยู่กลางดวงศีล ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา
หยุดอยู่กลางดวงปัญญา ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ ถูกส่วนเข้าก็เห็น กายธรรม
รูปเหมือนพระปฏิมากรเกตุดอกบัวตูม ใสเป็นกระจกส่องเงาหน้า หน้าตักโตเล็กตามส่วนหน้าตักเท่าไหน ดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายก็โตเท่านั้นกลมรอบตัวอยู่กลางกายธรรมกายนั่น ธรรมกายเป็นตัวพุทธรัตนะ ดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายเป็นธรรมรัตนะ

....ทำไมถึงเรียกว่าศูนย์ ตรงนั้นเวลาสัตว์ไปเกิดมาเกิดแล้วก็มาอยู่ในที่สิบ อยู่ในกลางดวงนั้น กายละเอียดอยู่ในกลางดวงนั้น พ่อแม่ประกอบธาตุธรรมถูกส่วนเข้าแล้ว ก็ตกศูนย์ทีเดียว พอตกศูนย์ก็ลอยขึ้นมาเหนือกลางตัว ๒ นิ้วมือ (เป็นดวงกลมใส) เท่าฟองไข่แดงของไข่ไก่ ใสเป็นกระจกส่องเงาหน้า นี่มันจะเกิดละ นี้เรียกว่าศูนย์ ศูนย์นั้นเป็นสำคัญนัก จะเกิดมาในมนุษย์โลกก็ต้องเกิดที่ศูนย์นั้น จะไปนิพพานก็ต้องเข้าศูนย์นั้นไปเหมือนกัน จะไปสู่มรรคผลนิพพานก็ต้องเข้าศูนย์นั้นเหมือนกัน แบบเดียวกัน

จะตายจะเกิดเดินตรงกันข้าม ถ้าว่าจะเกิดก็ต้องเดินนอกออกไป ถ้าว่าจะไม่เกิดก็ต้องเดินในเข้าไปกลางเข้าไว้ หยุดเข้าไว้ ไม่คลาดเคลื่อน นี้ตายเกิดอย่างนี้ ให้รู้จักหลักอย่างนี้ เมื่อรู้จักหลักดังนี้แล้วละก็ เราก็รู้ทีเดียว รู้เมื่อเช้านี้ ที่ใจเราวุ่นวายอยู่นี่มันทำอะไร? มันจะเวียนว่ายตายเกิด ถ้าใจเรานิ่งอยู่ในกลางนั้น มันจะเลิกเวียนว่ายตายเกิด....

ใจพุทธรัตนะ

หยุดนิ่งอยู่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**ธรรมกาย** พอหยุดถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เท่ากับดวงธรรม

หยุดอยู่กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงศีล
หยุดอยู่กลางดวงศีล	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงปัญญา
หยุดอยู่กลางดวงปัญญา	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงวิมุตติ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ	ถูกส่วนเข้าก็เห็น	กายธรรมละเอียด

โตกว่าธรรมกายที่เห็นแล้วนั้น ๕ เท่า โตกว่า ๕ เท่า

ใจกายธรรมละเอียด

ก็หยุดอยู่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**ธรรมกายละเอียด**ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ขยายส่วนโตหนักขึ้นไป

ใจก็หยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล

หยุดอยู่กลางดวงศีล	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงปัญญา
หยุดอยู่กลางดวงปัญญา	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงวิมุตติ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ	ถูกส่วนเข้าก็เห็น	กายธรรมพระโสดา

หน้าตัก ๕ วา สูง ๕ วา เกตุดอกบัวตูมใสหนักขึ้น

ใจกายธรรมพระโสดา

ก็หยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**กายพระโสดา** ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หยุดอยู่กลาง***ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน***	ถูกส่วนเห็น	ดวงศีล
หยุดอยู่กลาง***ดวงศีล***	ถูกส่วนเห็น	ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลาง***ดวงสมาธิ***	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงปัญญา
หยุดอยู่กลาง***ดวงปัญญา***	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงวิมุตติ
หยุดอยู่กลาง***ดวงวิมุตติ***	ถูกส่วนเข้าเห็น	ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลาง***ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ***	ถูกส่วนเข้าก็เห็น	กายธรรมพระโสดาละเอียด

อยู่ในกลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ หน้าตัก ๑๐ วา

ใจของพระโสดาละเอียด

ก็หยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**กายพระโสดาละเอียด** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หยุดนิ่งอยู่ศูนย์กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล

หยุดอยู่กลางดวงศีล ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ

หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา

หยุดอยู่กลางดวงปัญญา ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ

หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ

หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ ถูกส่วนเข้าก็เห็น กายพระสกิทาคา

หน้าตัก ๑๐ วา สูง ๑๐ วา เกตุดอกบัวตูมใสหนักขึ้น

ใจพระสกิทาคา

ก็หยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**พระสกิทาคา** ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หยุดอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล

หยุดอยู่กลางดวงศีล ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ

หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา

หยุดอยู่กลางดวงปัญญา ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ

หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ

หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ ถูกส่วนเข้าก็เห็น กายพระสกิทาคาละเอียด

หน้าตัก ๑๕ วา สูง ๑๕ วา เกตุดอกบัวตูมใสหนักขึ้น

ใจของพระสกิทาคาละเอียด

หยุดอยู่กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**พระสกิทาคาละเอียด** ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หยุดอยู่กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล

หยุดอยู่กลางดวงศีล ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ

หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา

หยุดอยู่กลางดวงปัญญา ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ

หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ

หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ ถูกส่วนเข้าก็เห็น กายพระอนาคา

หน้าตัก ๑๕ วา สูง ๑๕ วา เกตุดอกบัวตูมใสหนักขึ้น

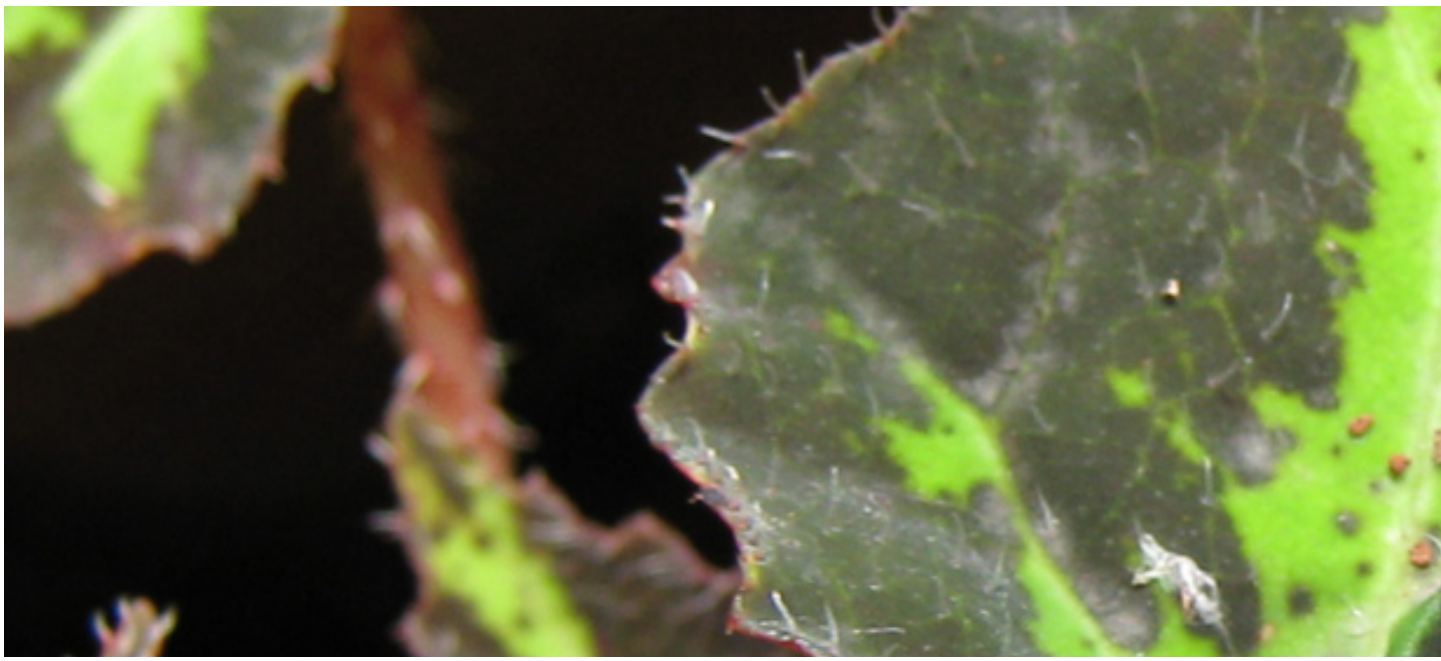
ใจของพระอนาคา

ก็หยุดอยู่กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**พระอนาคา** ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

หยุดอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล

หยุดอยู่กลางดวงศีล ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ

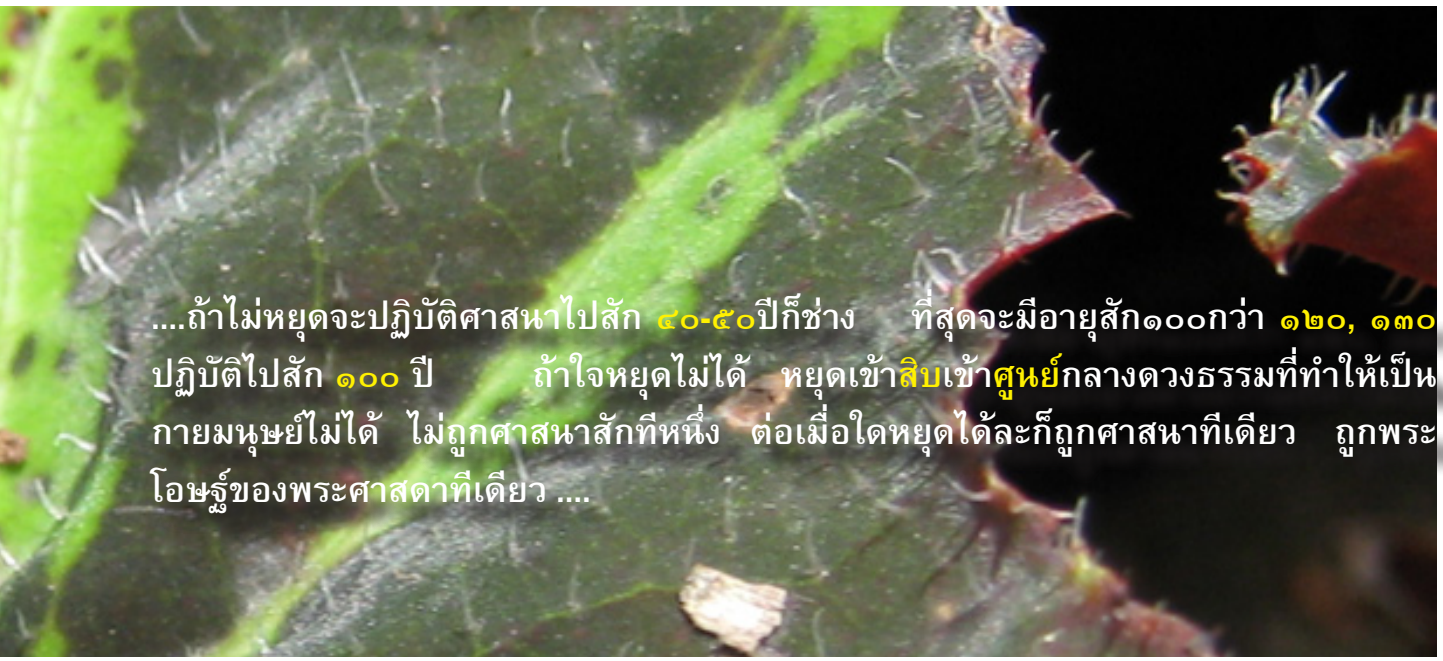
หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา



หยุดอยู่กลางดวงปัญญา ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ ถูกส่วนเข้าก็เห็น กายพระอนาคาละเอียด
หน้าตัก๒๐ วา สูง๒๐ วา เกตุดอกบัวตูมใสหนักขึ้น

ใจของพระอนาคาละเอียด
ก็หยุดอยู่กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**พระอนาคาละเอียด**ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน
หยุดอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล
หยุดอยู่กลางดวงศีล ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ
หยุดอยู่กลางดวงสมาธิ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา
หยุดอยู่กลางดวงปัญญา ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติ ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ
หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะ ถูกส่วนเข้าก็เห็น กายพระอรหัต
หน้าตัก ๒๐ วา สูง ๒๐ วา เกตุดอกบัวตูม ดวงธรรมที่ทำให้เป็นพระอรหัต ก็ ๒๐ วา กลมรอบตัว

ใจพระอรหัต
ก็หยุดอยู่กลาง**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็น**พระอรหัต** ถูกส่วนเข้าเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน วัดผ่าเส้นศูนย์กลาง ๒๐ วา กลมรอบตัว กลมรอบตัวเหมือนกัน
หยุดอยู่กลาง***ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงศีล วัดผ่าเส้นศูนย์กลาง ๒๐ วา กลมรอบตัวเหมือนกัน หยุดอยู่กลาง***ดวงศีล*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงสมาธิ วัดผ่าเส้นศูนย์กลาง ๒๐ วา กลมรอบตัวเหมือนกัน หยุดอยู่กลาง***ดวงสมาธิ*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงปัญญา วัดผ่าเส้นศูนย์กลาง ๒๐ วา กลมรอบตัวเหมือนกัน หยุดอยู่กลาง***ดวงปัญญา*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติ วัดผ่าเส้นศูนย์กลาง ๒๐ วา กลมรอบตัว



เหมือนกัน หยุดอยู่กลาง***ดวงวิมุตติ*** ถูกส่วนเข้าเห็น ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ วัดผ่าเส้นศูนย์กลาง ๒๐ วา กลมรอบตัวเหมือนกัน หยุดอยู่กลาง***ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ*** ถูกส่วนเข้าเห็นกายพระอรหัตละเอียด สวยงามมาก นี่เป็นกายที่๘ เมื่อถึงพระอรหัตนี้แล้ว หลุดกิเลสหมด ไม่มีกิเลสเลย *เสร็จกิจในพระพุทธศาสนา ทั้งสมถวิปัสสนา ตลอด*

ตั้งแต่ *กายมนุษย์*ถึง*กายอรูปพรหมละเอียด* แค่นั้นเรียกว่า ขั้น***สมถะ*** ตั้งแต่ *กายธรรมโคตรภู*ทั้งหยาบทั้งละเอียด จนกระทั่งถึง*กายพระอรหัต*ทั้งหยาบทั้งละเอียดนี้ ขั้น***วิปัสสนา*** ทั้งนี้ ที่เรามาเรียนสมถวิปัสสนาวันนี้ ต้องเดินแนวนี้ ผิดแนวนี้ไม่ได้ และก็ต้องเป็นอย่างนี้ ผิดอย่างนี้ไปไม่ได้ ผิดอย่างนี้ไปก็เลอะเหลว ต้องถูกแนวนี้

เราจะต้องยึด กายมนุษย์นี่ เป็นแบบ

เข้าไปถึง	กายมนุษย์ละเอียด	ยึดกายมนุษย์ละเอียดนั่นเป็นแบบ
เข้าไปถึง	กายทิพย์	ต้องยึดกายทิพย์นั่นเป็นแบบ
เข้าถึง	กายทิพย์ละเอียด	ต้องยึดกายทิพย์ละเอียดเป็นแบบ จะโยกโย้ไปไม่ได้
เข้าไปถึง	กายรูปพรหม	ต้องยึดกายรูปพรหมเป็นแบบ
เข้าถึง	กายรูปพรหมละเอียด	ต้องยึดกายรูปพรหมละเอียดเป็นแบบไป
เข้าถึง	กายอรูปพรหม	ยึดกายอรูปพรหมเป็นแบบ
เข้าถึง	กายอรูปพรหมละเอียด	ยึดกายอรูปพรหมละเอียดเป็นแบบ
เข้าถึง	กายธรรม	ยึดกายธรรมเป็นแบบ

นี่ที่ปั้นไว้เป็น รูปพระปฏิมากร ในโบสถ์วิหารการเปรียญนี่ เค้าทำแบบไว้นี่

เข้าถึง	กายธรรมละเอียด	ยึดกายธรรมละเอียดเป็นแบบ
เข้าถึง	กายธรรมพระโสดา	ยึดกายธรรมพระโสดาเป็นแบบ
เข้าถึง	กายธรรมพระโสดาละเอียด	ยึดกายธรรมพระโสดาละเอียดเป็นแบบ

เข้าถึง	กายธรรมพระสกิทาคา	ยึดกายธรรมพระสกิทาคาเป็นแบบ
เข้าถึง	กายธรรมพระสกิทาคาละเอียด	ยึดกายธรรมพระสกิทาคาละเอียดเป็นแบบ
เข้าถึง	กายธรรมพระอนาคา	ยึดกายธรรมพระอนาคาเป็นแบบ
เข้าถึง	กายธรรมพระอนาคาละเอียด	ยึดธรรมกายละเอียดของพระอนาคาเป็นแบบ
เข้าถึง	กายพระอรหัต	ยึดธรรมกายของพระอรหัตเป็นแบบ
เข้าถึง	กายพระอรหัตละเอียด	ยึดธรรมกายพระอรหัตละเอียดเป็นแบบ

นี้เป็นหลักฐานในพุทธศาสนา ในสมุดที่ได้แจกกันทั่ว ๆ หน้านั้น ๑๘ รูปหน้าปึ๊งที่อธิบายมานี้ ๑๘ รูปหน้าปึ๊งนับดูได้ ตั้งแต่กายมนุษย์มา๑ ๒กายมนุษย์ละเอียด ๓กายทิพย์ ๔กายทิพย์ละเอียด ๕กายรูปพรหม ๖กายรูปพรหมละเอียด ๗กายอรูปพรหม ๘กายอรูปพรหมละเอียด ๙กายธรรม ๑๐กายธรรมละเอียด ๑๑กายพระโสดา ๑๒กายพระโสดาละเอียด ๑๓กายพระสกิทาคา ๑๔กายพระสกิทาคาละเอียด ๑๕กายพระอนาคา ๑๖กายพระอนาคาละเอียด ๑๗กายพระอรหัต ๑๘กายพระอรหัตละเอียด ที่อธิบายมาแล้วนี้หน้าปึ๊งที่แจกไปแล้วทุกคนนั้น นี่แหละหลักปฏิบัติของพุทธศาสนา ต้องแน่นอนจับตัววางตายอย่างนี้ ไม่เลอะเลือนเหลวไหล

แต่ว่าจะไปทางนี้ต้องหยุด ทางธรรมเริ่มต้นต้องหยุดตั้งแต่ต้นจนกระทั่งพระอรหัต ถ้าไม่หยุดมันก็ไปไม่ได้ ชัดทีเดียวแปลกไหมล่ะ ไปทางโลกเขาต้องไปกันปราดเปรียวว่องไวคล่องแคล่ว ต้องเล่าเรียนกัน

มากมาย จนกระทั่งรู้เท่าทันเหลี่ยมครูผู้คนตลอดสาย จึงจะปกครองโลกให้รุ่งเรืองเจริญได้ แต่ว่าไปทางธรรมนี่แปลก หยุด เท่านั้นแหละไปได้ หยุดอันเดียวเท่านั้น

เรื่องนี้พูดเอาเองหรือมีตำรับตำราอย่างไร ? มีตำรับตำรา เมื่อครั้งพระบรมศาสดามีพระชนม์อยู่ในเมืองสาวัตถี มีพราหมณ์ปุโรหิตและนางพราหมณีเป็นปุโรหิตของพระเจ้าปเสนทิโกศล คลอดบุตรออกมาคนหนึ่ง เวลาคลอดออกมาแล้วกลางคืน ศาสตราอาวุธในบ้านมันลุกเป็นไฟไปหมด พ่อเป็นพราหมณ์เฒ่าด้วย เป็นพราหมณ์ครูพระเจ้าแผ่นดินด้วยตระหนกตกใจนี่มันเรื่องอะไรกัน ตรวจดูโหราพุทธาเฒ่าตำรับตำราก็รู้ได้ทันทีว่า ลูกชายเราที่เกิดมานี่จะเป็นคนร้ายจะเป็นโจรร้าย จะฆ่ามนุษย์มากมาย รู้ทีเดียวด้วยตำราของเขา มีโอกาสไปทูลพระเจ้าปเสนทิโกศล *"พระพุทธเจ้าข้า ลูกของข้าพระพุทธเจ้าคลอดออกมา จะต้องเป็นคนฆ่ามนุษย์เสียแล้ว จะฆ่ามนุษย์มากด้วย จะควรเอาไว้หรือจะปลงชีวิตเสียเป็นประการใดขอพระองค์ได้ทรงพระกรุณา ข้าพระพุทธเจ้าขอมอบถวายชีวิตแด่พระองค์ชีวิตบุตรของข้าพระพุทธเจ้า"* ฝ่ายพระเจ้าปเสนทิโกศลก็คิดว่า ไอ้เด็กเล็กนิดเดียวมันจะเป็นอะไรไปล่ะ แต่ว่าเกรงใจพราหมณ์เคารพพราหมณ์นับถือพราหมณ์ด้วย เพื่อจะอกเอาใจพราหมณ์ด้วย ก็รู้เหมือนกันว่าพราหมณ์พูดแล้วไม่ค่อยจะผิด ก็ตะขิดตะขวงใจอยู่เหมือนกัน *"เอาไว้ดูก่อนเถอะแกท่านพราหมณ์ เด็กคนเดียวเมื่อเปลี่ยนแปลงไปอย่างไงเราจะฆ่าเมื่อไหร่ก็ฆ่าได้ มันจะไปไหน เราปกครองทั้งประเทศ"* พูดให้พราหมณ์ใจดีสักหน่อย พราหมณ์ก็ตามพระทัยเอาไว้

โตขึ้น เมื่อพราหมณ์รู้ว่าไอ้นี่มันจะฆ่าคน เบียดเบียนสัตว์มากนัก จะทำอย่างไร ก็เลยให้ชื่อว่า อหิงสกุมาร กุมารไม่เบียดเบียนใคร และจริงอย่างนั้นด้วย ตั้งแต่เล็กมาดีนักหนาทีเดียว พ่อแม่ก็รักใคร่ พระเจ้าปเสนทิโกศลก็รักใคร่ ร่ำเรียนวิชาความรู้ในทางราชการในทางบ้านเมืองเขานะ ไม่แพ้ใคร ปัญญาดี เฉลียวฉลาดว่องไว เรียนศาสตราอาวุธ เรียนมวยไม่แพ้ใคร เฉลียวฉลาดดีนัก เมื่อได้วิชาสมควรแล้ว ต่อไป จะต้องเป็นคนใช้ของพระราชา เพราะพ่อเป็นปุโรหิตของพระราชาอยู่แล้ว ต้องไปเรียนวิชาให้สูง เรียกว่า วิชาปกครองแผ่นดิน ปกครองประเทศ ส่งไปเรียนกับทิศาปาโมกข์อาจารย์ ทิศาปาโมกข์อาจารย์มีลูกศิษย์ ถึง ๕๐๐ คน

พราหมณ์ปุโรหิตผู้นี้ เมื่อส่งลูกไปเรียนเช่นนั้นก็มอบให้กับอาจารย์ทิศาปาโมกข์ ทิศาปาโมกข์ อาจารย์ได้รับมอบอหิงสกุมารไว้ ก็สอนเป็นอันดีบอันดียังกับลูกกับเต้า ได้ใกล้เคียงอหิงสกุมาร อหิงสกุมาร ฉลาดฉอเลาะดีนักทีเดียว เข้าใกล้ครูละก็ทุกอย่าง ทั้งกายทั้งวาจาทั้งใจหาที่ติไม่ได้ ฉอเลาะดีนักอาจารย์ รักใคร่ เรียนวิชาก็ไม่แพ้ใครเฉลียวฉลาดทุกอย่าง กำลังร่างกายก็ดี สวยงามก็สวยงาม

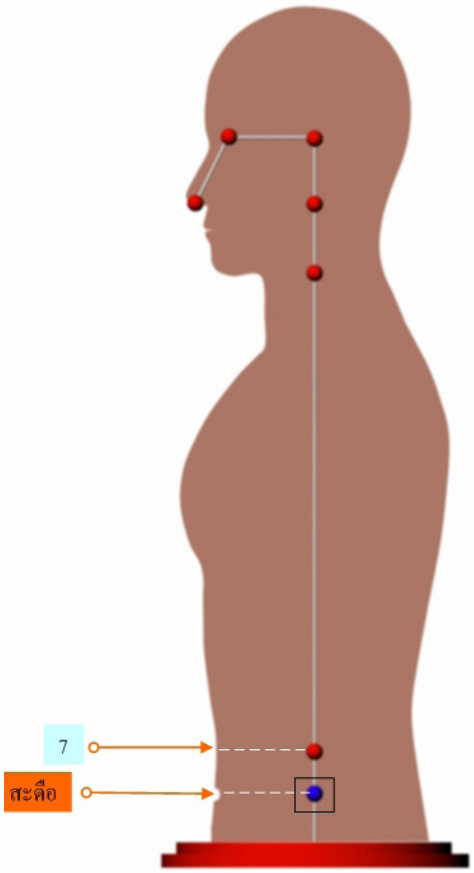
แต่ว่าอาจารย์หลง ทั้ง ๕๐๐ คน รักอหิงสกุมารมากกว่าใคร ๆ ลูกศิษย์ทั้ง ๔๙๙ คน ไม่ได้การ ถ้าเราไม่ฆ่าอหิงสกุมารเสีย พวกเราโงหัวไม่ขึ้นแน่ มันกดหัวเราจมหมด เราจะต้องฆ่ามันเสียเอาไว้ไม่ได้ คนโน้นบ้างคนนี้บ้างช่วยกันหาเรื่องใส่เจ้าบ้าง ยั่วเจ้าบ้างเย้าเจ้าบ้าง พอเจ้าเกะกะเข้าฟ้องอาจารย์ ฟ้อง อาจารย์หาว่าเกะกะ หนักเข้า ๆ มันมากเรื่องหนักเข้า อาจารย์เห็นด้วยว่ามันดีแต่ต่อหน้าเรา พ้นเราไป มันข่มเหงเขาอย่างนี้ รุกรานเขาอย่างนี้ แท้ที่จริงมันไปแหย่ขึ้น มันปั่นขึ้น มันปลุกขึ้น มันแก้ไขให้ชั่วนะ มันก็ฟ้องอาจารย์อยู่เสมอ มันหนาหูเข้าแล้ว ลงท้ายจนกระทั่งอ้ายลูกศิษย์คนนี้เอาไว้ไม่ได้เดือดร้อนนัก มันก็พร้อมกับลูกศิษย์เหล่านั้น มันก็ทูลเรียนต่ออาจารย์ให้เอาไว้ไม่ได้ เมื่อเอาไว้ไม่ได้ อาจารย์ก็จะต้องฆ่า อาจารย์ฆ่าจะทำอย่างไง อาจารย์ฆ่าลูกศิษย์เสียชื่อทิศาปาโมกข์อาจารย์ ลูกศิษย์เป็นพระเจ้าแผ่นดินก็ มีมากมาย พวกเหล่านั้นเป็นกษัตริย์ก็มากที่มาเรียนวิชา ถ้าว่าฆ่าลูกศิษย์ก็เสียชื่อครูทีเดียว จะทำยังไง ล่ะ? ฆ่าทางอ้อม เรียนวิชาไปพอถึงวิชาบทหนึ่งปิดหน้าสมุดทีเดียว ปิดหน้าปึ๊ง หน้าตำราปิด ลูกศิษย์ก็ ถาม *"ทำไมถึงปิดล่ะท่านอาจารย์ ผมอยากศึกษาต่อไป "ไม่ได้ล่ะแกเรื่องนี้ ตรงนี้ละก็มันเป็นวิชาเรียน เข้าแล้ว เมื่อสำเร็จแล้วละก็ มันเป็นเจ้าโลกเชียวนะแก ถ้าจะเรียนกันจริงๆในวิชานี้ละก็ ต้องเอานิ้วมือ มนุษย์องคุลีของมนุษย์มา ๑,๐๐๐ องคุลีจึงจะเรียนได้"* นี่จะหาอุบายฆ่าลูกศิษย์ละนะ ๑,๐๐๐ องคุลีจึง จะเรียนได้

ลูกศิษย์ก็หมดท่าต้องหยุดเรียน ก็พูดกัน ยังไงท่านจะหาองคุลีมาสักพันองคุลีได้ไหมล่ะ? ก็พูดกัน ถ้าต้องได้ก็ต้องฆ่ามนุษย์กัน ฆ่ามนุษย์ไป ฆ่าไปๆ มันไม่ทันถึงพันหรอก มนุษย์คนใดคนหนึ่งมันก็ต้องฆ่า ตัวเสียมั่งมันจะเอาไว้ทำไม มนุษย์มันมากด้วยกันนี่ สำเร็จแน่ อาจารย์นึกว่าไอ้นี่ต้องถูกฆ่าแน่ละ ใช้มือ คนอื่นฆ่าเถอะ นี่เหลี่ยมของครูฆ่าลูกศิษย์ อหิงสกุมารนั่งคอตก เราเกิดมาในสกุลพราหมณ์ เป็นครูสอนเขา มาบาปกรรมไม่ได้ทำเลย มีศีลบริสุทธิ์ตลอดมาตั้งแต่เกิดจนถึงบัดนี้ ความชั่วนิดหน่อยไม่ได้กระทำ คราวนี้ เรามาเรียนวิชาคราวนี้จะต้องฆ่ามนุษย์เสียแล้ว ถ้าไม่ฆ่ามนุษย์วิชาของเราก็ไม่สำเร็จ ก็พูดกับอาจารย์ ตกลง ถ้าจะต้องฆ่ามนุษย์ให้ได้องคุลีมาพันหนึ่งจึงจะเรียนสำเร็จ

ตกลงรับปากท่านอาจารย์ร้องไห้เสียใจเศร้าโศกเสียใจ ต้องเป็นคนลามกเลวทรามฆ่ามนุษย์ละเป็น คนใจบาปหยาบช้าเสียอกเสียใจร้องไห้พิไรรำพันนัก ถึงอย่างใร ถ้าว่าไม่เอานิ้วมือมาให้อาจารย์พันหนึ่ง

ท่านก็จะไม่บอกวิชาสำเร็จให้เรา เมื่อเราเรียนวิชาไม่สำเร็จเราก็เป็นคนชั้นสูงไม่ได้ เป็นเจ้าโลกไม่ได้ ต้องเรียนวิชาสำเร็จจึงเป็นเจ้าโลกได้

เพราะฉะนั้น การเรียนวิชาใด ๆ เราต้องใช้วิชานั้น ๆ ได้นะ ถ้าเรียนแล้วใช้วิชานั้น ๆ ไม่ได้จะเรียนทำไมเสียเวลาเปล่า ๆ เสียข้าวสุก ต้องเรียนวิชาไหนต้องใช้วิชานั้นได้เอาละพึ่งได้ เอาละวิชานั้นใช้ได้ เหมือนยังกับเราเรียนวิชาวันนี้ เราจะต้องเรียนจริงทำจริง ต้องพึ่งวิชาที่เราเรียนนี้ให้ได้ ให้ศักดิ์สิทธิ์ทีเดียว ครูใช้ได้อย่างไรเราใช้ได้เหมือนครู อย่างนี้เรียกว่าคนมีปัญญา เรียกว่าคนฉลาด เหมือนองคุลีมาลโจร เมื่อเวลาอหิงสกุมารตกลงต้องเรียนแน่ ก็รับอาจารย์ว่า *"เอา! ผมจะยอมเรียน ยอมหาองคุลีมนุษย์ให้พันหนึ่ง"* อาจารย์ก็ส่งฟ้าฟื้นให้ ดาบเล่มถนัดเชียว *"นี่เอาไป"* ท่านอหิงสกุมารก็หยักรั้งตั้งท่าเชียว ออกจากอาจารย์แล้วก็หาเครื่องร้อยอะไรไปเสร็จ ติดตัวไป เครื่องแทงนิ้วเครื่องอะไรไปเสร็จเชียว พอออกจากท่านอาจารย์เมื่อพบใครก็ช่างเถอะ เปรี๊ยะคอขาดเปรี๊ยะแขนขาด ขาดครึ่งตัว ตัดเอาองคุลีไปองคุลีหนึ่ง ๆ ใครขวางไม่ได้ พบไม่ได้เลย ไม่ว่าคนไหนเลยทีเดียว ไม่ว่ามนุษย์คนใดไม่ว่าชั้นสูง ชั้นกลาง ชั้นต่ำรุดหมด ฆ่าเสียจนกระทั่งเล่าลือระบือลือเลื่องไปว่าในเมืองสาวัตถีนั้น มีโจรสำคัญคือองคุลีมาลโจร อ้ายที่เรียกว่าองคุลีมาลโจรนั้นเพราะนิ้วได้มาแล้วร้อยตากแห้งคล้องคอไป ตากแห้งแล้วคล้องคอไป นับเรื่อยนับนิ้วเรื่อย เป็นเหมือนวนิพกจนกว่าจะครบพัน ได้ ๙๙๙ แล้ว

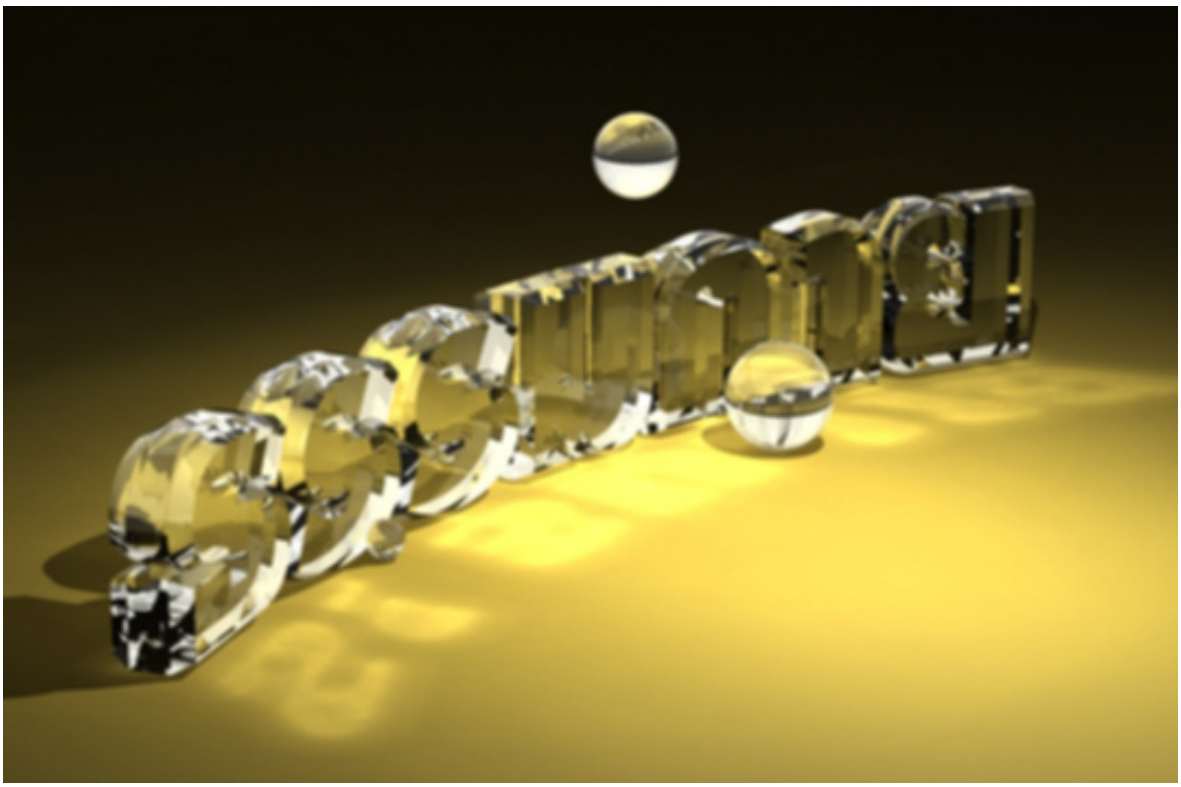


....คำที่เรียกว่า "ใจ" นี่แหละเราต้องบังคับให้หยุดเป็นจุดเดียวกัน เห็น จำ คิด รู้ ๔อย่างนี้ ต้องมารวมหยุดเป็นจุดเดียวกันอยู่กลางกายมนุษย์ สะดือทะลุหลัง ขวาทะลุซ้าย กลางกั๊กข้างในสะดือทะลุหลังเป็นด้ายกลุ่มไปเส้นหนึ่งตึง ขวาทะลุซ้ายเป็นด้ายกลุ่มไปเส้นหนึ่งตึงตรงกัน ตึงทั้ง ๒ เส้น ตรงกลางจรดกัน ที่กลางจรดกันนั้นแหละเรียกว่า**กลางกั๊ก** กลางกั๊กนั้นแหละ ถูกกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ใสบริสุทธิ์เท่าฟองไข่แดงของไข่ไก่ ถูกกลางดวงพอดี ที่สอนให้เอาพระของขวัญไปจรดไว้ที่กลางดวงนั้นคือกลางกั๊กนั่นแหละ เราเอาใจของเราไปจรดที่กลางกั๊กนั้น เห็น จำ คิด รู้ ๔อย่างจรดอยู่กลางกั๊กนั้น กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ มีที่ตั้งแห่งเดียวเท่านั้น "ใจ"..

เรื่องถึงพระเจ้าปเสนทิโกศล ให้กรีฑาทัพยกไปปราบองคุลีมาลโจร ธรรมเนียมกษัตริย์ของโบราณเรานะ เมื่อกษัตริย์ต่อกษัตริย์ไปพบกันต้องรำทวนกัน กษัตริย์ต่อกษัตริย์ด้วยกันต้องรำกระบี่รำทวนกัน ต้องฟาดฟันกันเอง ใครดีก็ดีไปใครไม่ดีก็คอขาดไป ไม่ใช่ใช้ทหารรบเหมือนธรรมดาในบัดนี้นะ เมื่อจะปะเข้ากษัตริย์ต้องรำทวนเองทั้งนั้น เอาฝีมือกษัตริย์ทั้งนั้น เอาฝีมือตัวเองทั้งนั้น พระเจ้าปเสนทิโกศลก็ท้อพระทัย เอ๊ะ นี่เราไปปราบองคุลีมาลโจรตอนนี้จะต้องไปรำกระบี่กับมัน ต้องไปรำทวนกะมัน เมื่อมันเกิดมาศัสตราอาวุธมันก็ลุกเป็นฟืนเป็นไฟ ไอ้เราไม่มีอัศจรรย์เหมือนอย่างกะมันนี่ เมื่อไปรำทวนเข้าแล้วคอเราจะขาด หรือคอมันจะขาดเราก็ยังไม่รู้ ไม่แน่พระทัย ก็ท้อพระทัย

รุ่งเช้าจะยกทัพไปคิดว่า เมื่อยกทัพไปแล้วไม่ตรงไปเลยทีเดียวไปพักอยู่ใกล้ ๆ วิหารเชตวันก่อนไปทูลพระพุทธเจ้าเสียก่อน นางพราหมณีผู้เป็นมารดา พอรู้ว่าพระเจ้าปเสนทิโกศลจะยกทัพ ว่าตัวจะล่วงหน้าไปเสียก่อน จะไปบอกลูกชายเราเสียก่อนให้หนีไปเสีย ไม่เช่นนั้นพระเจ้าปเสนทิโกศลจะฆ่าเสีย

....ที่บริกรรมว่าดังนี้ก็เพื่อจะประคองใจของเราให้หยุด สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง พอถูกส่วนเข้าใจก็หยุดอยู่กลางดวงนั้น มืดก็หยุดตรงนั้น สว่างก็อยู่ตรงนั้น ไม่ต้องถอยไปถอยมา นิ่งอยู่ตรงนั้นแหละ พอนิ่งถูกส่วนเข้าเท่านั้นมืดหนักเข้าก็เห็นดวงใส สว่างก็เห็นดวงใส ใจก็อยู่กลางดวงใส ถ้าว่ามันไม่นิ่งไม่หยุด มันซัดส่ายไปบริกรรมฟอร์มไว้ สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง พอถูกส่วนเข้าหยุด หยุดแล้วไม่ต้องบริกรรมเพ่งเฉย หยุดแล้วไม่ต้องบริกรรมเพ่งเฉย ดูนิ่ง ถ้าว่าขยับเคลื่อน หรือขยับไปเสีย เสื่อมไปเสีย บริกรรมฟอร์มไว้ สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ไว้ จนกระทั่งหยุดนิ่ง พอหยุดนิ่งไม่ต้องบริกรรมเพ่งเฉย วางอารมณ์เฉย ให้หยุดอยู่นั่นแหละ หยุดเท่านั้นแหละอย่าไปนึกถึงมืดสว่างนะ หยุดอยู่นั่นแหละ หยุดนั่นแหละเป็นตัวสำเร็จ ....



พระพุทธเจ้ารู้ ถ้านางพราหมณีไปองคุลีมาลโจรเห็นเข้าก็จะฆ่านางพราหมณีเสีย ฆ่าแม่เสียเอานิ้วอีก ถึงจะเป็นแม่เป็นพ่อเป็นแม่ไม่เข้าใจ ใกล้ละเป็นฆ่าเลยทีเดียว จะเอานิ้ว จะมุ่งเรียนแต่วิชาเท่านั้น แกไม่ได้มุ่งอะไร

พระพุทธเจ้าก็รู้ องคุลีมาลโจรนี้เป็นอสีติมหาสาวกองค์สุดท้ายของเรา ถ้าหากฆ่ามารดาเสียแล้วเป็นอภัพสัตว์ไม่ได้มรรคผลในชาตินี้ เราขาดอัครสาวกไปไม่ครบ ๘๐ ได้๗๙ เท่านั้น เราจำเป็นหน้าที่จะต้องไปทรมานองคุลีมาลโจรสอดส่องด้วยพระญาณทราบชัดก็เสด็จไปก่อนใคร ๆ ทั้งหมด ไปถึงองคุลีมาลโจร องคุลีมาลโจรพอเห็นเข้าเท่านั้น ว้าย!นิ้วมันงามจริง วิชาเราเป็นเจ้าโลกแน่ สำเร็จแน่ พอเห็นพระศาสดาทั้งพระรูปทั้งพระรัศมี ทั้งงดทั้งงามทุกสิ่งดูไม่เบื่อน่าเลื่อมใส น่าไหว้น่าบูชาทั้งนั้น ก็คาดว่าสำเร็จแน่ พอคาดว่าสำเร็จแน่ก็ลู่ใส่ทีเดียว คว้าดาบฟ้าฟื้นก็ลู่ใส่ปราดเข้าฟัน พอปราดเข้าฟัน พรืด ห่างออกไป ๒๐-๓๐ วา เอาละซิตอนนี้ห่างออกไปเสียแล้ว วิ่งอีก องคุลีมาลโจรก็ตามใหญ่วิ่งตึก ๆ ๆ ไม่ได้รอละจี๋เชียว แล้วก็โจนฟัน พรืดไปอีกแล้ว ห่างตั้ง ๔๐-๕๐ วา ไปใหญ่เชียว ห่างหนักขึ้นทุกทีพอวิ่งหนักเข้า ๆ ใกล้จะทันวิ่งช้า ๆ ใกล้จะทันละ พอใกล้จะทัน พอจะฟัน ก็พรืดห่างไปเสียกว่านั้นอีกแล้ว เท่าไหร่ ๆ ก็ฟันไม่ได้ ฟันไม่สำเร็จ เมื่อฟันไม่สำเร็จจนกระทั่งหืดขึ้นคอเหนื่อยเต็มที่ พอเหนื่อยเต็มที่ทำไง? คิดว่านี่เขาเป็นเจ้าโลกก่อนเรา เราไม่ใช่เจ้าโลกแน่เห็นจะเป็นไม่ได้ บุญไม่เท่าทันเขาแล้ว ท้อในใจ พอท้อใจใจมันก็ลดหมดทิฏฐิมานะมันยอมจำนนพระองค์ เมื่อยอมจำนนพระองค์แล้วก็เปล่งวาจาว่า *"สมณะหยุด ๆ''"* พระองค์ทรงเหลียวพระพักตร์มา *"สมณะหยุดแล้ว ท่านไม่หยุด"* แน่ะ คำว่าหยุดอันนี้แหละถูกตั้งแต่ต้นจนเป็นพระอรหัต คำว่าหยุดอย่างนี้แหละคำเดียวเท่านี้ แหละ ถูกทางสมณะตั้งแต่ต้นจนพระอรหัต เพราะฉะนั้นตัวศาสนาแท้ ๆ เชียว อ้ายคำว่า "หยุด" อันนี้แหละ

เพราะฉะนั้นต้องเอาใจหยุดอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ หยุดนั่นแหละถูกเป้าหมายใจดำ ถูกโอวาทของพระบรมศาสดา

ถ้าไม่หยุดจะปฏิบัติศาสนาไปสัก ๔๐-๕๐ปีก็ช่าง ที่สุดจะมีอายุสัก ๑๐๐กว่า ๑๒๐,๑๓๐ ปฏิบัติไปสัก ๑๐๐ ปี ถ้าใจหยุดไม่ได้ หยุดเข้าสิบเข้าศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ไม่ได้ ไม่ถูกศาสนาสักทีหนึ่ง ต่อเมื่อใดหยุดได้ละก็ถูกศาสนาทีเดียว ถูกพระโอษฐ์ของพระศาสดาทีเดียว ให้จำให้แม่น แง่นี้นะ เพราะเราที่ปฏิบัตมาแล้วมันยังไม่ถูก เข้าร่องรอยศาสนายังไม่ถูก วันนี้จะเข้าร่องรอยพระศาสนา จะเรียนสมถะ จะทำใจให้หยุด จะเข้าช่องนั้น วิธีทำใจให้หยุดดังแสดงแล้วนั้น ถ้าหยุดแล้วก็ถูกตั้งแต่ต้นจนพระอรหัตทีเดียว นี้แหละทางไปของพระพุทธศาสนา องคุลีมาลโจรเมื่อหยุดพระองค์ก็ทรงแก้ไขแสดงธรรมะ องคุลีมาลโจรก็ได้สำเร็จมรรคผล พระองค์ก็นำเอามาบวชซะทีเดียว นำมาไว้ในพระวิหารเชตวัน เวลาเช้า พระเจ้าปเสนทิโกศลกรีฑาทัพไป ยกทัพไปใกล้พระวิหารเชตวัน พักอยู่ข้างนอกวิหารตัวเข้าไปในวิหารไปทูลถามพระบรมศาสดาไปเฝ้าพระบรมศาสดาว่า *"ข้าพระพุทธเจ้าจะต้องอำลาไปปราบองคุลีมาลโจรละ"* ไปทูลพระบรมศาสดา พระบรมศาสดาเรียกองคุลีมาลโจรมา บวชเสียแล้ว ให้ออกมาพอออกมา ว่า*"นี่หรือ? พระองค์จะทรงไปปราบองคุลีมาลโจรคนนี้ใช่ไหม"* พระเจ้าปเสนทิโกศลพอเห็นเข้าเท่านั้นหัวเราะก๊ากตีปีกเชียว *"นี่แหละพระพุทธเจ้าข้า"* ตีปีกชอบอกชอบใจไม่ต้องไปปราบพระองค์ไปปราบมาเสียแล้ว ทำไมล่ะก็กลัวชีวิตเหมือนกัน เหตุนั้น นี่เป็นนัยที่พระองค์รับสั่งให้นัย คำเดียวตั้งแต่ต้นจนพระอรหัตทีเดียวไม่ใช่คำลอย ๆ คำมีหลักฐานอย่างนี้ จำไว้ให้แม่นนะ ต่อแต่นี้ไป ส่งเครื่องบูชาให้เขานำไปจุด จุดแล้วจะได้บูชากันต่อไปฉันจะสอนให้บูชากันต่อไป

ในอันดับต่อแต่นี้ไป ให้ท่านทั้งหลายพึงตั้งใจจุดธูปเทียนบูชาพระรัตนตรัย เมื่อเสร็จแล้วจะได้บูชากันต่อไป จะสอนให้ว่า ท่านทั้งหลายจงว่าตามดังนี้

ยะมะหัง สัมมาสัมพุทธัง, ภะคะวันตัง สะระณัง คะโต(ชาย), คะตา(หญิง), อิมินา สักกาเรนะ,ตัง ภะคะวันตัง อภิปูชยามิ

ข้าพเจ้าบูชาบัดนี้, ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้ตรัสรู้แล้วเองโดยชอบ, ซึ่งข้าพเจ้าถึง, ว่าเป็นที่พึ่ง, กำจัดทุกข์ได้จริง, ด้วยสักการะนี้

ยะมะหัง สะวากขาตัง, ภะคะวะตา ธัมมังสะระณัง คะโต(ชาย), คะตา(หญิง), อิมินา สักกาเรนะ, ตัง ธัมมัง อภิปูชยามิ

ข้าพเจ้าบูชาบัดนี้, ซึ่งพระธรรม, อันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสดีแล้ว, ซึ่งข้าพเจ้าถึง, ว่าเป็นที่พึ่ง, กำจัดภัยได้จริง, ด้วยสักการะนี้

ยะมะหัง สุปะฏิปันนัง, สังฆัง สะระณัง คะโต(ชาย), คะตา(หญิง), อิมินาสักกาเรนะ,ตัง สังฆัง อภิปูชยามิ

ข้าพเจ้าบูชาบัดนี้, ซึ่งพระพระสงฆ์ผู้ปฏิบัติดี, ซึ่งข้าพเจ้าถึง, ว่าเป็นพึ่ง, กำจัดโรคได้จริง, ด้วยสักการะนี้

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา, พุทธัง ภะคะวันตัง อภิวาเทมิ (กราบ)

สะวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นะมัสสามิ (กราบ)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆังนะมามิ (กราบ)

บูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เมื่อเราไหว้พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เสร็จแล้ว ต่อแต่นี้ไปตั้งใจให้แน่แน่ว ขอขมาโทษงดโทษต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่เราได้พลาดพลั้งลงไปแล้ว ด้วยกาย วาจาใจ ตั้งแต่เด็กเล็กยังไม่รู้จักเดียงสามาจนกระทั่งถึงบัดนี้ ขอขมาโทษงดโทษแล้ว กาย วาจา ใจ ของเราจะได้เป็นของบริสุทธิ์ สมควรเป็นภาชนะทองรองรับพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ในอดีต ปัจจุบัน อนาคตสืบต่อไป แต่ก่อนจะขอขมาโทษงดโทษพระรัตนตรัย พึงนอบน้อมพระรัตนตรัยด้วยปณามคาถาคือนะโม ๓ หน หนที่หนึ่งนอบน้อมพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ในอดีต นะโมหนที่สองนอบน้อมพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ในปัจจุบัน นะโมหนที่สามนอบน้อมพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ในอนาคต ทั้งหมดด้วยกัน ต่างคนต่างว่า นะโมดัง ๆ พร้อมกัน ๓ หน ได้ ณ บัดนี้

นะโม ตัสสะ ภะคะวะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

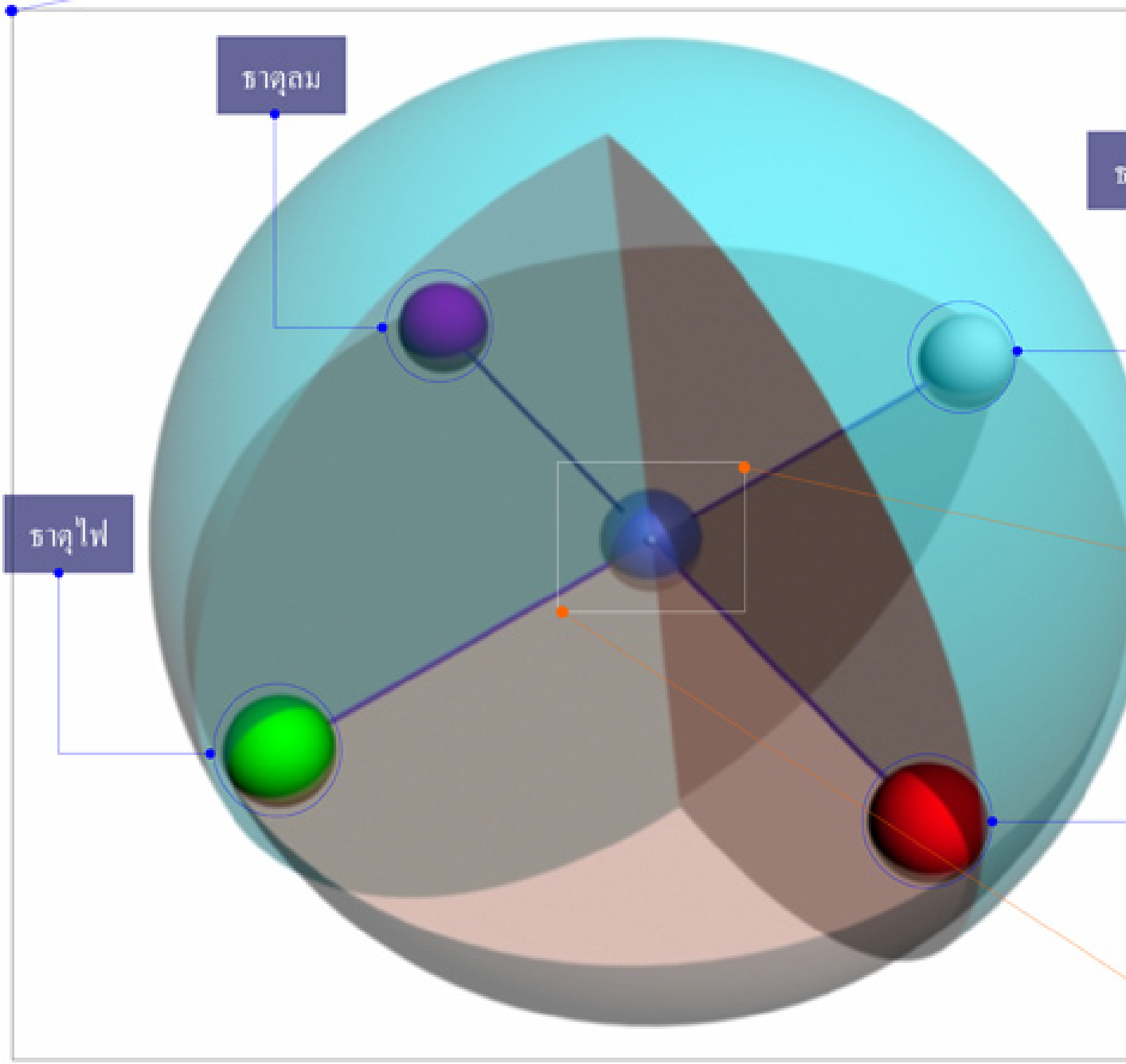
นะโม ตัสสะ ภะคะวะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

อุกาสะ, อัจจะโย โน ภันเต, อัจจัคคะมา, ยะถา พาเล, ยะถา มุฬเห, ยะถาอกุสะเล, เย มะยัง กะรัมหา, เอวัง ภันเต มะยัง, อัจจะโยโน, ปะฏิคคัณหะถะ, อายะติง สังวะเรยยามิ

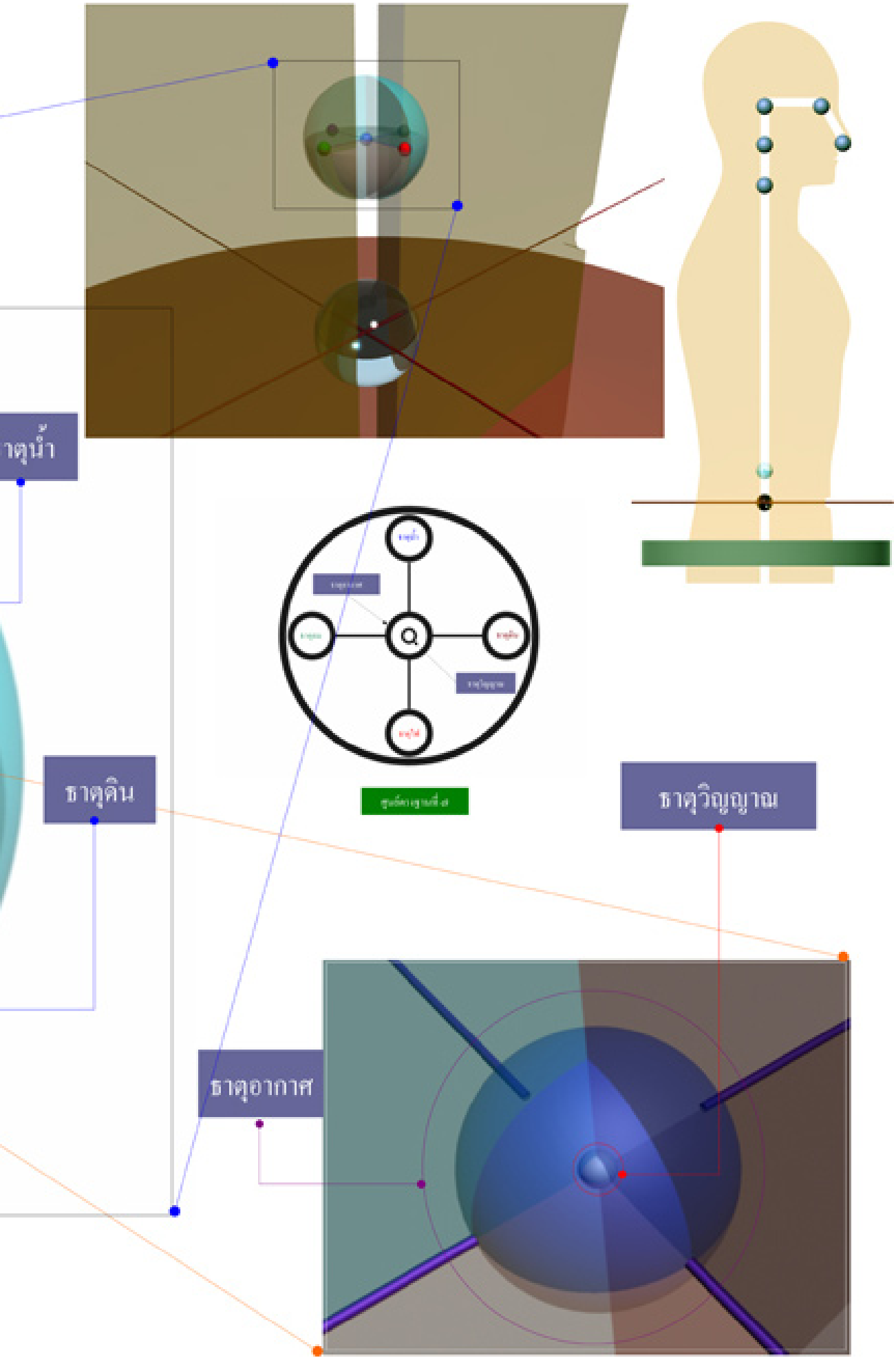
ข้าพระพุทธเจ้าขอวโรกาส ได้พลั้งพลาดด้วยกายวาจาใจ ในพระพุทธพระธรรมพระสงฆ์เพียงไร แต่ข้าพระพุทธเจ้าเป็นคนพาลคนหลง อกุศลเข้าสิงจิต ให้กระทำความผิดต่อ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ขอพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จงงดความผิดทั้งหลายเหล่านั้น แก่ข้าพระพุทธเจ้า จำเดิมแต่วันนี้เป็นต้นไป ข้าพระพุทธเจ้าจักขอสำรวมระวัง ซึ่งกาย วาจา ใจ สืบต่อไปในเบื้องหน้า

...(ฐานที่๗) นั้นมีศูนย์ ๕ ศูนย์ ศูนย์กลาง ศูนย์ข้างหน้า ศูนย์ข้างขวา ศูนย์ข้างหลัง ศูนย์ข้างซ้าย ศูนย์กลางคืออากาศธาตุ ศูนย์ข้างหน้าธาตุน้ำ ศูนย์ข้างขวาธาตุดิน ศูนย์ข้างหลังธาตุไฟ ศูนย์ข้างซ้ายธาตุลม เครื่องหมายใสสะอาด ตรงช่องอากาศขาด กลางตรงนั้นเรียกว่า ศูนย์...



ศูนย์ตรงฐานที่ ๗

ภาพเสริมจินตนาการประกอบการอ่าน : โดย พิศิษฐ์พงศ์ ชาดิษฐ


าตุน้ำ
ธาตุดิน
ธาตุวิญญาณ
ธาตุอากาศ

กาย วาจา ใจ ของเราเป็นของบริสุทธิ์ ต่อไปนี้จะได้อาราธนา พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ในอดีต ปัจจุบัน อนาคต เข้าสิงสถิต ในกายวาจาจิต สืบต่อไป

อุกาสะ ข้าพระพุทธเจ้าขออาราธนา

สมเด็จพระพุทธเจ้า ที่ได้ตรัสรู้ล่วงไปแล้ว ในอดีตกาล มากกว่าเมล็ดทรายในท้องมหาสมุทรทั้ง๔

แลสมเด็จพระพุทธเจ้า อันจักได้ตรัสรู้ ในอนาคตกาลภายภาคเบื้องหน้า

แลสมเด็จพระพุทธเจ้า ที่ได้ตรัสรู้ ในปัจจุบันนี้

ขอจงมาบังเกิด ในจักขุทวาร โสตทวาร ฆานทวาร ชิวหาทวาร กายทวาร มโนทวาร แห่งข้าพระพุทธเจ้า ในกาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด

อุกาสะ ข้าพระพุทธเจ้าขออาราธนา

พระนพโลกุตรธรรมเจ้า ๙ ประการ ในอดีตกาลล่วงลับไปแล้ว จะนับจะประมาณมิได้

และพระนพโลกุตรธรรมเจ้า ๙ ประการ ในอนาคตกาลภายภาคเบื้องหน้า

และพระนพโลกุตรธรรมเจ้า ๙ ประการ ในปัจจุบันนี้

ขอจงมาบังเกิด ในจักขุทวาร โสตทวาร ฆานทวาร ชิวหาทวาร กายทวาร มโนทวาร แห่งข้าพระพุทธเจ้า ในกาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด

อุกาสะ ข้าพระพุทธเจ้าขออาราธนา

พระอริยสงฆ์กับสมมติสงฆ์ ในอดีตกาลล่วงลับไปแล้ว จะนับจะประมาณมิได้

และพระอริยสงฆ์กับสมมติสงฆ์ ในอนาคตกาลภายภาคเบื้องหน้า

และพระอริยสงฆ์กับสมมติสงฆ์ ในปัจจุบันนี้

ขอจงมาบังเกิด ในจักขุทวาร โสตทวาร ฆานทวาร ชิวหาทวาร กายทวาร มโนทวาร แห่งข้าพระพุทธเจ้า ในกาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด

(คำอธิษฐาน)

ขอเดชคุณพระพุทธเจ้า คุณพระธรรมเจ้า คุณพระสงฆ์เจ้า (ท่านผู้หญิงว่าคุณครูบาอาจารย์นะ) คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ คุณมารดาบิดา คุณทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี วิริยบารมี ขันติบารมี สัจจบารมี อธิษฐานบารมี เมตาบารมี อุเบกขาบารมี ที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาแต่ร้อยชาติพันชาติ หมื่นชาติแสนชาติก็ดี ที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาตั้งแต่เล็กแต่น้อย ระลึกได้ก็ดี มิระลึกได้ก็ดี ขอบุญบารมีทั้งหลายเหล่านั้น จงมาช่วยประคับประคองข้าพเจ้า ขอให้ข้าพเจ้าได้สำเร็จมรรคและผลในกาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด นิพพานะปัจจโย โหตุฯ

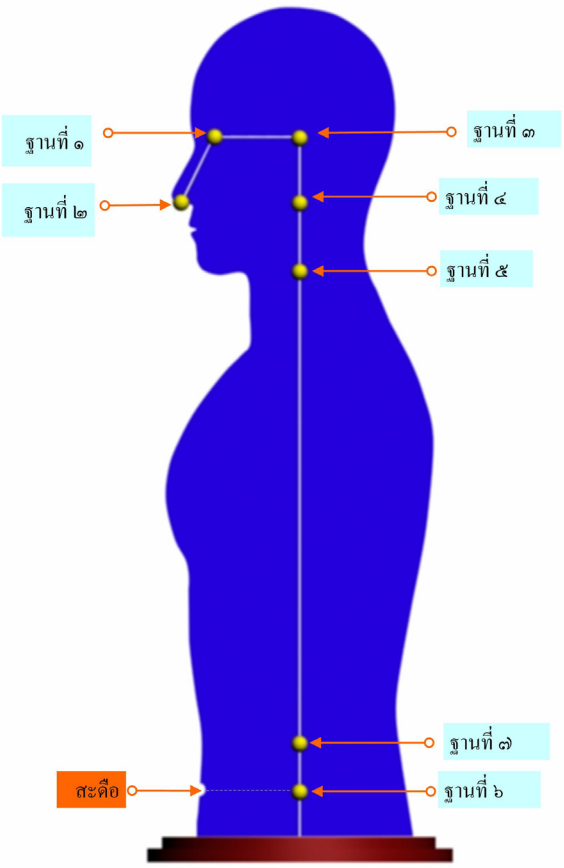
(วิธีเจริญภาวนา)

ต่อแต่นี้ไปคอยตั้งใจฟัง เมื่อเราทำวัตรอาราธนาเสร็จแล้ว ก็จะบอกวิธีกระทำต่อไป วิธีทำสมถวิปัสสนาต้องมีบริกรรมภาวนากับบริกรรมนิมิตเป็นคู่กัน บริกรรมนิมิตให้กำหนดเครื่องหมายเข้า ดวงใสเหมือนกับเพชรลูกที่เจียระไนแล้ว ไม่มีขนแมวโตเท่าแก้วตา ผู้หญิงกำหนดเข้าปากช่องจมูกซ้าย ผู้ชายกำหนดเข้าปากช่องจมูกขวา อย่าให้ล้ำให้เหลื่อม ใจของเราที่ยืดไปยืดมา แวบไปแวบมาให้เข้าไปอยู่เสียในบริกรรมนิมิต ปากช่องจมูกหญิงซ้ายชายขวา ข้างนอกดวงโตเท่าแก้วตา ข้างในดวงโตเท่าเมล็ดพุทธรักษา แต่ว่าขาวใสเหมือนกระจกส่องเงาหน้าแบบเดียวกัน หญิงกำหนดปากช่องจมูกซ้าย ชายกำหนดปากช่องจมูกขวา แล้วให้บริกรรมภาวนาประคองบริกรรมนิมิตนั้นไว้ว่า สัมมาอะระหัง ตรึกถึงดวงที่ใสใจหยุดอยู่

กลางดวงที่ใส สัมมาอะระหัง ตรึกถึงดวงที่ใสใจหยุดอยู่กลางดวงที่ใส สัมมาอะระหัง ตรึกถึงดวงที่ใสใจหยุดอยู่กลางดวงที่ใส นิ่งอยู่ที่นั่น นี่ฐานที่๑

ฐานที่๒ เลื่อนไปที่ เพลาตา หญิงอยู่ซีกข้างซ้าย ชายอยู่ซีกข้างขวา ตรงหัวตาที่มูลตาออก ตามช่องลมหายใจเข้าออกข้างใน แล้วให้บริกรรมประคองเครื่องหมายที่เพลาตานั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง๓ครั้งแบบเดียวกัน

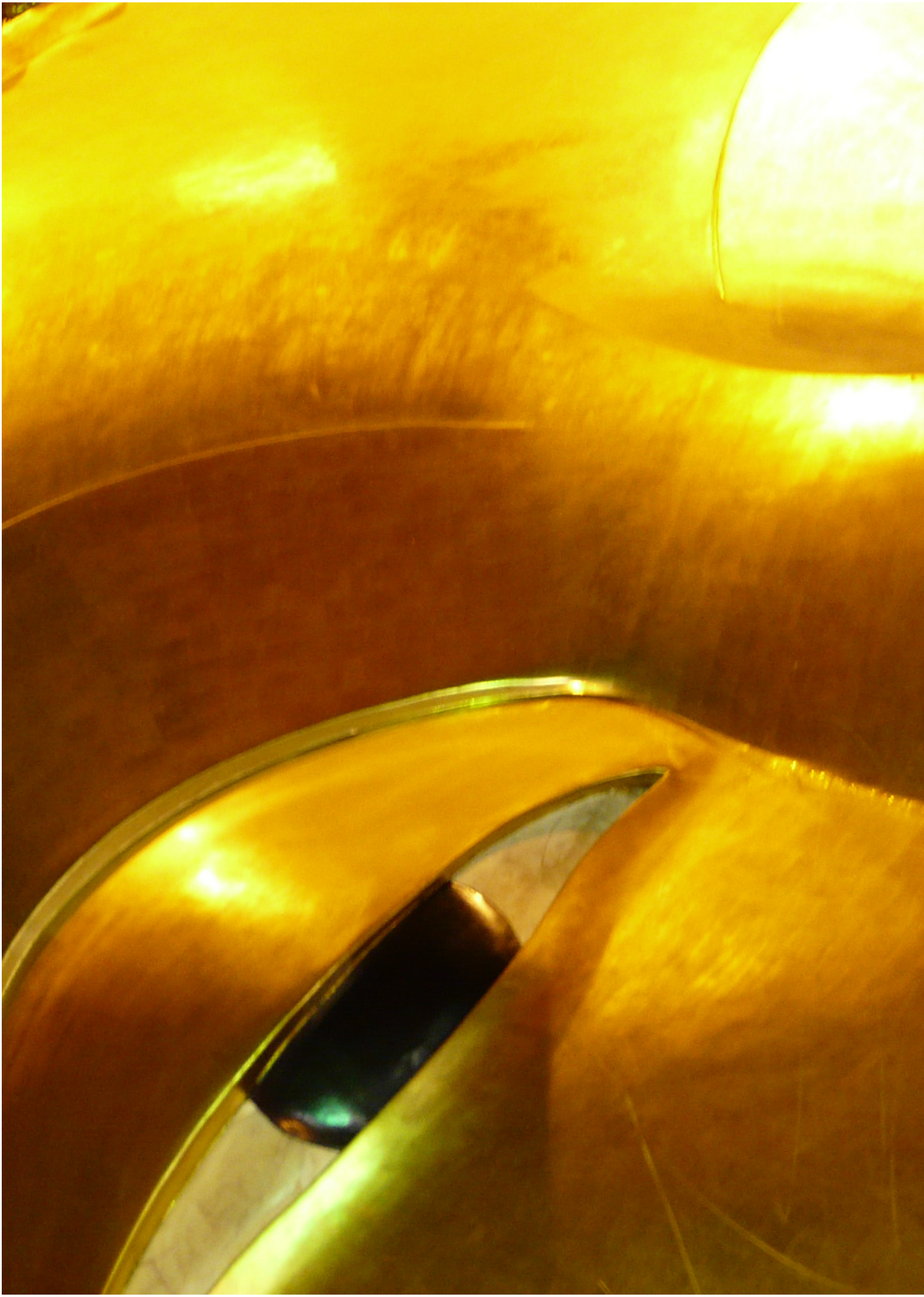
แล้วเลื่อนเครื่องหมายตรงลำดับเพลาตาเข้าไป กลางกั๊กศีรษะข้างใน ไม่ให้ค่อนซ้ายขวาหน้าหลังล่างบน กลางกั๊กพอดี(นี่เรียกว่า ฐานที่๓) แล้วบริกรรมประคองเครื่องหมายที่กลางกั๊กศีรษะข้างในว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ๓ครั้ง ตรงนี้มีลัทธิพิธี ต้องกลับตาไปข้างหลังให้ตาค้างเหมือนคนชักจะตาย เราหลับตาอยู่ตาช้อนขึ้นข้างบนเหลือบขึ้นข้างบนเหลือบไป เหลือบไป จนค้างแน่น ให้ความเห็นกลับไปข้างหลัง พอกลับไปข้างหลัง แล้วค่อย ๆ ให้เห็นกลับเข้าข้างใน พอตาเห็นกลับเข้าข้างในก็เลื่อนเครื่องหมาย (ฐานที่ ๓) ไปที่ปากช่องเพดาน (ฐานที่๔) ที่รับประทานอาหารสำลัก อย่าให้ล้ำให้เหลื่อมพอดี แล้วบริกรรมประคองเครื่องหมาย ที่ปากช่องเพดาน(ฐานที่๔) ที่รับประทานอาหารสำลัก นั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ๓ ครั้ง



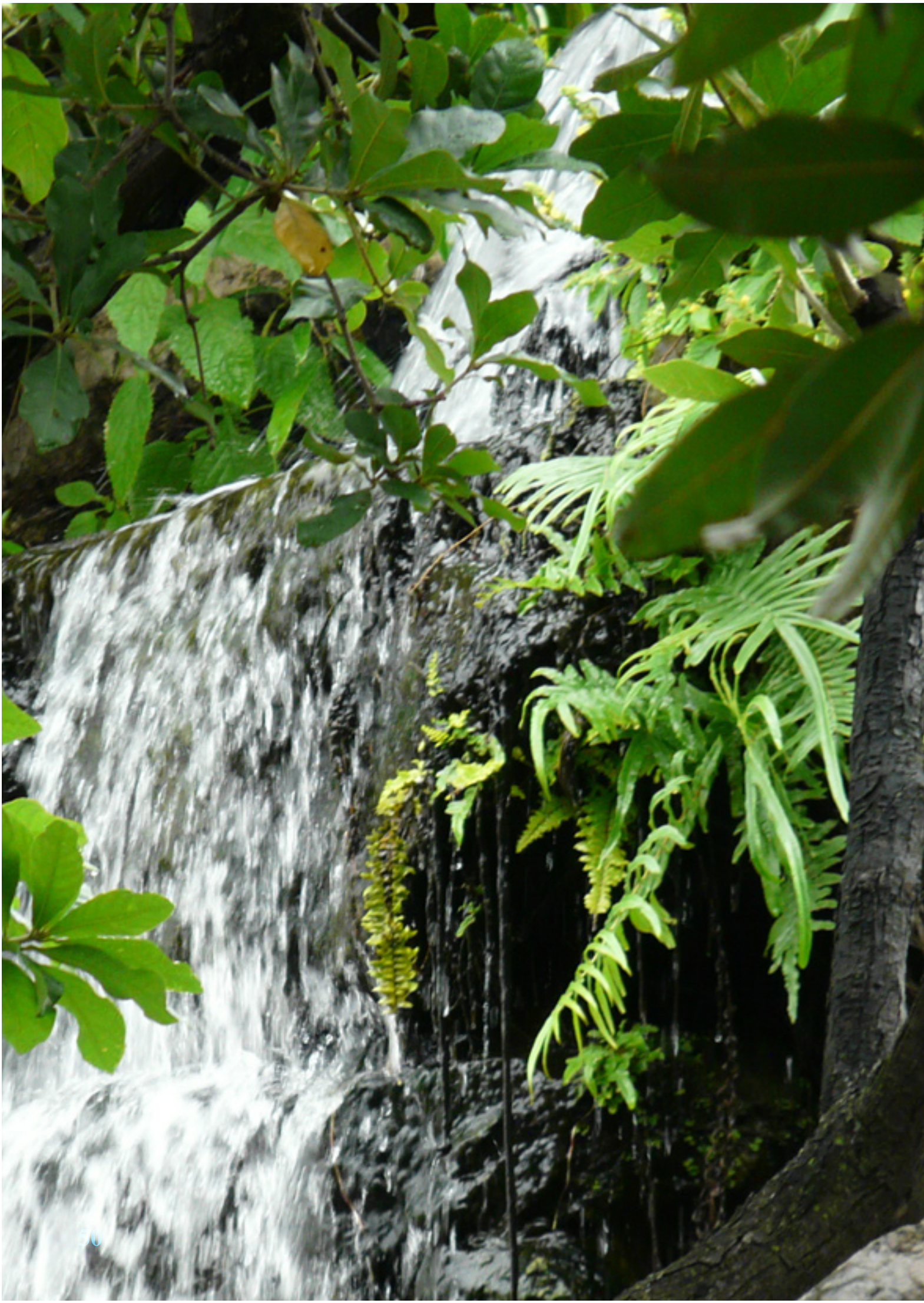
ภาพ - แสดงที่ตั้งของดวงนิมิตต์ จากฐานที่ ๑ ถึงที่ ๗

แล้วก็เลื่อนเครื่องหมายไปที่ปากช่องคอ(ฐานที่๕) เหนือลูกกระเดือกเหมือนกลางกั๊กปากถ้วยแก้ว ตั้งไว้ปากช่องคอ บริกรรมประคองเครื่องหมายที่ปากช่องคอนั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ๓ ครั้ง แล้วเลื่อนไปกลางตัว(ฐานที่๖) สุดลมหายใจเข้าออก สะดือทะลุหลัง ขวาทะลุซ้าย กลางกั๊กพอดี แล้วบริกรรมที่กลางตัวนั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ๓ ครั้ง แล้วเลื่อนเครื่องหมายถอยหลัง(จากฐานที่๖) เหนือกลางตัวเรานี้ขึ้นไป ๒นิ้ว (ฐานที่๗)

(ฐานที่๗) นั้นมีศูนย์ ๕ ศูนย์ ศูนย์กลาง ศูนย์ข้างหน้า ศูนย์ข้างขวา ศูนย์ข้างหลัง ศูนย์ข้างซ้าย ศูนย์กลางคืออากาศธาตุ ศูนย์ข้างหน้าธาตุน้ำ ศูนย์ข้างขวาธาตุดิน ศูนย์ข้างหลังธาตุไฟ ศูนย์ข้างซ้ายธาตุลม เครื่องหมายใสสะอาด ตรงช่องอากาศขาดกลางตรงนั้นเรียกว่า ศูนย์



....ฉันเอง ๒ คราว ไม่ได้ตายเถอะ นิ่ง พอถึงกำหนดเข้าก็ได้ ไม่ได้ตายเถอะ นิ่ง.....พอถึงกำหนดก็ได้ ไม่ตายสักที พระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็รูปนั้น ประกอบความเพียรด้วยจตุรังคะวิริยะด้วยองค์๔ เหลือแต่กระดูกหนังช่างมันเนื้อเลือดจะแห้งหมดไปไม่ว่า ประกอบด้วยจาตุรังควิริยะเช่นนี้ พอถูกส่วนเท่านั้น ในเวลาค่ำได้บรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ เวลายามที่๒ ได้บรรลุ จุตูปปาตญาณ เวลายามที่๓ ได้บรรลุอาสวักขยญาณ *เล่นตลอดคืน* ท่านจริงอย่างนั้นอาจารย์ของเรา เป็นลูกศิษย์ก็จริงเหมือนกันแหละ ไม่ได้ยอมตาย ไม่หยุดยอมตายกันทีเดียว เอาหยุดจริง ๆ กัน พอหยุดเข้าเท่านั้น จับตัวได้ว่าอ้อ ทางศาสนาเดินหลักอย่างนี้ ถูกส่วนอย่างนี้ก็จำให้มั่นเชียวนะ ....



ทำไมถึงเรียกว่าศูนย์ ตรงนั้นเวลาสัตว์ไปเกิดมาเกิดแล้วก็มาอยู่ในที่สิบ อยู่ในกลางดวงนั้น กายละเอียดอยู่ในกลางดวงนั้น พ่อแม่ประกอบธาตุธรรมถูกส่วนเข้าแล้ว ก็ตกศูนย์ทีเดียว พอตกศูนย์ก็ลอยขึ้นมาเหนือกลางตัว ๒ นิ้วมือ (เป็นดวงกลมใส) เท่าฟองไข่แดงของไข่ไก่ ใสเป็นกระจกส่องเงาหน้า นี่มันจะเกิดละ นี้เรียกว่าศูนย์ ศูนย์นั้นเป็นสำคัญนัก จะเกิดมาในมนุษย์โลกก็ต้องเกิดที่ศูนย์นั้น จะไปนิพพานก็ต้องเข้าศูนย์นั้นไปเหมือนกัน จะไปสู่มรรคผลนิพพานก็ต้องเข้าศูนย์นั้นเหมือนกัน แบบเดียวกัน

จะตายจะเกิดเดินตรงกันข้าม ถ้าว่าจะเกิดก็ต้องเดินนอกออกไป ถ้าว่าจะไม่เกิดก็ต้องเดินในเข้าไป กลางเข้าไว้ หยุดเข้าไว้ ไม่คลาดเคลื่อน นี้ตายเกิดอย่างนี้ ให้รู้จักหลักอย่างนี้ เมื่อรู้จักหลักดังนี้แล้วละก็ เราก็รู้ทีเดียว รู้เมื่อเช้านี้ ที่ใจเราวุ่นวายอยู่นี่ มันทำอะไร? มันจะเวียนว่ายตายเกิด ถ้าใจเรานิ่งอยู่ในกลางนั้น มันจะเลิกเวียนว่ายตายเกิด เราก็รู้ตัวของเราอยู่ เราไม่ต้องง้อใคร เรารู้แล้ว เราเรียนแล้วเราเข้าใจแล้ว เราก็ต้องทำใจของเราให้นิ่ง ให้หยุด ทำใจให้หยุดอยู่ศูนย์กลางนั่น ทำใจให้หยุดเชียว หยุดก็เข้ากลางหยุด กลางของกลาง กลางของกลาง กลางของกลาง กลางของกลาง ซ้ายขวา หน้าหลัง ล่างบนนอกในไม่ไป กลางของกลาง กลางของกลาง กลางของกลาง กลางของกลาง กลางของกลาง นิ่ง พอถูกส่วนเข้าเท่านั้นแหละ เห็นดวงใสแจ่มบังเกิดขึ้นเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์ หยุดอยู่กลางดวงจันทร์ดวงอาทิตย์นั่นหยุดอีก พอหยุดถูกส่วนเข้าเท่านั้นแหละ เกิดขึ้นมาอีกดวงหนึ่งเป็นดวงศีล โตเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์เหมือนกัน หยุดอยู่กลางดวงศีลนั้นแหละ พอถูกส่วนเข้าเท่านั้น เกิดขึ้นอีกดวงหนึ่งเรียกว่าดวงสมาธิ โตเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์เหมือนกัน หยุดอยู่กลางดวงสมาธินั่นแหละ พอถูกส่วนเข้าเท่านั้น เกิดขึ้นอีกดวงหนึ่งเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์เหมือนกันเรียกว่า ดวงปัญญา หยุดอยู่กลางดวงปัญญานั่นแหละ พอถูกส่วนเข้าเกิดขึ้นอีกดวงหนึ่งเรียกว่า ดวงวิมุตติ หยุดอยู่กลางดวงวิมุตตินั่นแหละ ถูกส่วนเข้า เกิดขึ้นอีกดวงหนึ่งเรียกว่า ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ หยุดอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะนั่นแหละ พอถูกส่วนเข้า ก็เห็นตัวของเราที่ไปเกิดมาเกิด อ้อไอ้นี่เองไปเกิดมาเกิด เข้าแบบต้นแล้ว ให้รู้จักหลักอย่างนี้นะ ไม่เคลื่อนละอย่างนี้เคลื่อนไม่ได้ทีเดียว ตายตัวเชียว

เมื่อรู้จักหลักอันนี้แล้วก็ ต่อแต่นี้ไป ก็จะสอนให้ทำต่อไป เมื่อเราได้ทำวัตรอาราธนาเรียบร้อยแล้ว ต่อแต่นี้ไปก็ต้องนั่ง บาลีว่า ***นิสีทติ ปลฺลงฺกํ อาภุชิตวา*** ให้นั่งคู้บัลลังก์ขัดสมาธิเท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ทุกคนด้วยกันตั้งตัวให้ตรงทีเดียว เอ้านั่ง..เท้าขวาทับเท้าซ้ายมือขวาทับมือซ้าย แล้วคอยฟังอธิบายต่อไป ตั้งตัวตรงมือขวาทับมือซ้าย แล้วเอานิ้วชนกันให้ถูกนะ ฉันจะวัดให้เป็นตำรับตำรานะ ลักษณะกายตรงนะ ลักษณะกายตรงเป็นดังนี้ กลางลูกสะบ้าขาขวา วัดกลางนิ้วชี้กดกลางลูกสะบ้า แล้วก็เหนือตาตุ่มนิ้วก้อยนิ้วกลางนิ้วนาง ตั้งเข้าเนื้อบนขา อย่างนี้เรียกว่ากายตรง เรียกว่า ***อุชุํ กายํ ปณิธาย*** ตั้งกายให้ตรง ตรงอย่างนี้นะ ให้มีสัญญามั่นคงอย่างนั้น

เมื่อรู้จักกายตรงแล้วละก็ ให้ตรงทุกคนนะ นี่แหละเราจะสร้างบุญกุศลใหญ่สำคัญ ***ที่นั่งภาวนาทำใจให้หยุด ให้หยุดสักกระพริบตาเดียวเท่านั้น ที่สร้างโบสถ์วิหารศาลาการเปรียญสู้ไม่ได้หรอก เขาจึงได้ว่า สร้างวัดสร้างวาให้ผุดสูงเดียวเท่านั้น สู้พิจารณาความแปรผันของเบญขันธ์ร่างกายว่าไม่เที่ยงยักเยื้องแปรผันเป็นของปฏิกูลเท่านี้บุญมากกว่า*** ให้รู้จักหลักอย่างงั้น เราแสวงหาเขตบุญใน

พระพุทธศาสนา ให้มั่นเชียวนะ ให้ใจหยุดเป็นตัวสำคัญ หยุดนี้จะเป็นทางมรรคผลนิพพาน พวกให้ทานรักษาศีลมันยังไกลกว่า หยุดนี้ใกล้นิพพานนัก พอหยุดได้เท่านั้นเข้าต้นคำสอนของพระศาสดาแล้ว ไม่ยักเยื้องแปรผัน ไอ้ที่หยุดนั่นแหละ เข้าต้นคำสอนของพระศาสดาเมื่อ(นั่งสมาธิ)ตัวตรงดีแล้วละก็ คราวนี้ให้ตั้งใจ ให้กำหนดเครื่องหมายเข้า ใสเหมือนเพชรที่เจียระไนแล้วไม่มีขนแมวโตเท่าแก้วตา ผู้หญิงกำหนดเข้าปากช่องจมูกซ้าย ผู้ชายกำหนดเข้าช่องปากจมูกขวาอย่าให้ล้ำให้เหลื่อม กำหนดเครื่องหมายเข้า ใสเหมือนเพชรที่เจียระไนแล้วไม่มีขนแมวโตเท่าแก้วตา ผู้หญิงกำหนดเข้าปากช่องจมูกซ้าย ผู้ชายกำหนดเข้าช่องปากจมูกขวาอย่าให้ล้ำให้เหลื่อม นี่บอกซ้ำของเก่านั่นแหละ พอถูกส่วนดีแล้วก็ให้บริกรรมประคองใจกับเครื่องหมายที่ใส ปากช่องจมูกหญิงซ้ายชายขวา นั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ๓ ครั้ง

แล้วเลื่อนเครื่องหมายขึ้นไปแค่ เพลาตา หญิงอยู่ซีกข้างซ้าย ชายอยู่ซีกข้างขวา ตรงหัวตาที่มูลตาออกตามช่องลมหายใจเข้าออกข้างใน แล้วบริกรรมประคองเครื่องหมายที่ใสนั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ๓ ครั้ง

แล้วก็เลื่อนเครื่องหมายนั้น ตรงนี้กลเม็ดอยู่ ต้องมีวิธี เมื่อถึงฐานที่๓ แล้วต้องเหลือบตาไปข้างหลังให้ตาค้างเหมือนคนชักจะตาย ค้างขึ้นไป ๆ จนกระทั่งใจหยุดความเห็นกลับเข้าข้างใน พอความเห็นกลับเข้าไปข้างในก็เลื่อนเครื่องหมายจากฐานที่๓ ไปฐานที่๔ ที่ช่องเพดานที่รับประทานอาหารสำลักอย่าให้ล้ำอย่าให้เหลื่อม ให้พอดี ๆ แล้วบริกรรมประคองเครื่องหมายที่ฐานที่๔ นั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ๓ ครั้ง

แล้วเลื่อนไปฐานที่๕ปากช่องคอเหนือลูกกระเดือกเหมือนกลางกั๊กปากถ้วยแก้ว แล้วบริกรรมประคองเครื่องหมายที่ปากช่องคอนั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ๓ ครั้ง

แล้วเลื่อนเครื่องหมายนั้นไปที่กลางตัว ที่สุดลมหายใจเข้าออกไม่ให้ค่อนซ้ายขวาหน้าหลังล่างบนนอกในให้อยู่กลางกั๊กพอดี แล้วบริกรรมประคองเครื่องหมายที่กลางตัวนั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ๓ ครั้ง

แล้วเลื่อนเครื่องหมายถอยหลังขึ้นมาเหนือกลางตัว ๒ นิ้วมือ ตรงนั้นเรียกว่าศูนย์ ตรงนั้นมีศูนย์อยู่๕ศูนย์ ศูนย์กลาง หน้า ขวา หลัง ซ้าย ศูนย์กลางอากาศธาตุ ศูนย์หน้าธาตุน้ำ ขวาธาตุดิน หลังธาตุไฟซ้ายธาตุลม เครื่องหมายใสสะอาดลอยช่องขาดกลาง แล้วบริกรรมประคองเครื่องหมายที่ช่องอากาศกลางนั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ที่กลางอากาศว่างนั้นแล้วจะเห็นเป็นดวงใส ดวงโตประมาณเท่าแก้วตาอยู่ที่นั่น ใจของเราก็จรดอยู่ที่กลางดวงนั้น แก้ไขไปจนกระทั่งใจของเราหยุด บริกรรมภาวนาอยู่เรื่อย ๆ ว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง

ที่บริกรรมว่าดังนี้ก็เพื่อจะประคองใจของเราให้หยุด สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง พอถูกส่วนเข้าใจก็หยุดอยู่กลางดวงนั้น มืดก็หยุดตรงนั้น สว่างก็อยู่ตรงนั้นไม่ต้องถอยไปถอยมา นิ่งอยู่ตรงนั้นแหละ พอนิ่งถูกส่วนเข้าเท่านั้นมืดหนักเข้าก็เห็นดวงใส สว่างก็เห็นดวงใสใจก็อยู่กลางดวงใส ถ้าว่ามันไม่นิ่งไม่หยุด มันซัดส่ายไปบริกรรมฟอร์มไว้ สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง พอถูกส่วนเข้า หยุด หยุดแล้วไม่ต้องบริกรรมเพ่งเฉย หยุดแล้วไม่ต้องบริกรรมเพ่งเฉย ดูนิ่ง ถ้าว่าขยับเคลื่อน หรือขยับไปเสีย เสื่อมไปเสีย บริกรรมฟอร์มไว้ สัมมา

อะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ไว้ จนกระทั่งหยุดนิ่ง พอหยุดนิ่ง ไม่ต้องบริกรรมเพ่งเฉย วางอารมณ์เฉย ให้หยุดอยู่นั่นแหละ หยุดเท่านั้นแหละอย่าไปนึกถึงมืดสว่างนะ หยุดอยู่นั่นแหละ หยุดนั่นแหละเป็นตัวสำเร็จ ที่บอกแล้ว สมณะหยุด ๆ พระองค์ให้นัยไว้ว่า สมณะหยุด แล้วท่านไม่หยุด นี่หยุดนี่แหละเพียรตรงนี้ ให้มันได้ตรงนี้ซะก่อน อื่นไม่ต้องไปพูดมากนักใหญ่โตมโหฬาร พูดหยุดนี่ให้มันตกลงกันก่อน หยุดได้แล้ว พอหยุดได้แล้ว ให้หยุดก่อนนะให้หยุดนิ่ง หยุดเชียว ไอ้ที่ หยุดอยู่นี่เขาทำกันได้นะวัดปากน้ำมีตั้ง๘๐กว่า ถ้าไม่หยุดก็เข้าไปถึงธรรมกายไม่ได้ เขาถึงธรรมกาย๘๐กว่า นะ เราเป็นมนุษย์คนหนึ่งทำกับเขาไม่ได้เชียวหรือ? ทำไมจะไม่ได้ทำจริงเข้า ทำไม่จริงต่างหากล่ะมัน ไม่ได้ จริงละก็ได้ทุกคน จริงแค่ไหน? แค่ชีวิตสิ เนื้อเลือดจะแห้งเหือดหมดไปไม่ว่า เหลือแต่กระดูกหนัง ช่างมัน ถ้าไม่ได้ไม่ลุกจากที่ นี่จริงแค่นี้ ได้ทุกคน

ฉันเอง ๒ คราว ไม่ได้ตายเถอะ นิ่ง พอถึงกำหนดเข้าก็ได้ ไม่ได้ตายเถอะ นิ่ง.....พอถึงกำหนดก็ได้ ไม่ตายสักที พระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็รูปนั้น ประกอบความเพียรด้วยจตุรังคะวิริยะด้วยองค์๔ เหลือ แต่กระดูกหนังช่างมันเนื้อเลือดจะแห้งหมดไปไม่ว่า ประกอบด้วยจาตุรังควิริยะเช่นนี้ พอถูกส่วนเท่านั้น ใน เวลาค่ำได้บรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ เวลายามที่๒ ได้บรรลุ จุตูปปาตญาณ เวลายามที่๓ ได้บรรลุ อาสวักขยญาณ เล่นตลอดคืน ท่านจริงอย่างนั้นอาจารย์ของเรา เป็นลูกศิษย์ก็จริงเหมือนกันแหละ ไม่ได้ ยอมตาย ไม่หยุดยอมตายกันทีเดียว เอาหยุดจริง ๆ กัน พอหยุดเข้าเท่านั้น จับตัวได้ว่าอ้อ ทางศาสนา เดินหลักอย่างนี้ ถูกส่วนอย่างนี้ก็จำให้มั่นเชียวนะ ให้มั่นเชียวนะ สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมา อะระหัง สัมมาอะระหัง ให้มั่นคงทีเดียว อย่าให้เคลื่อน